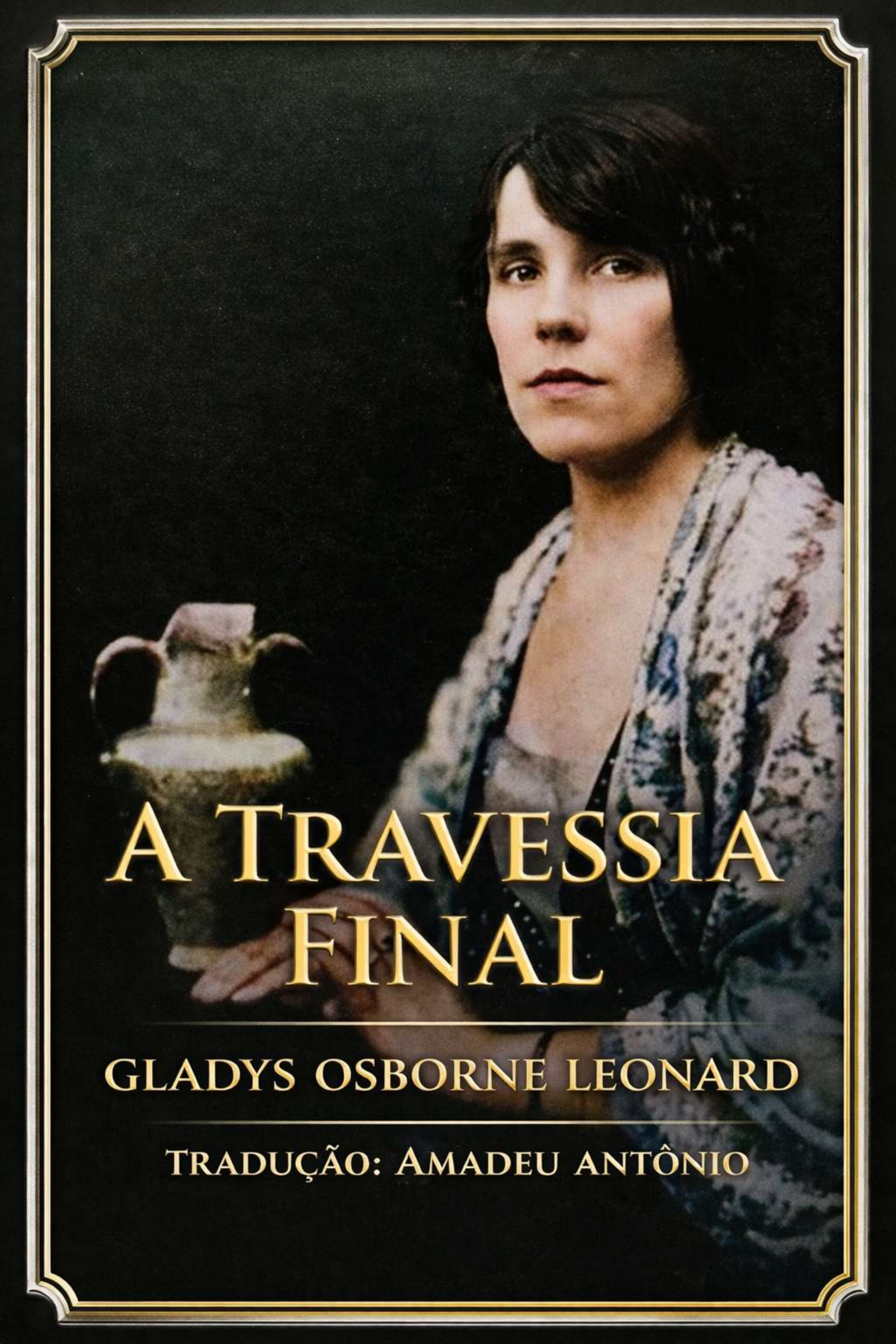




A TRAVESSIA FINAL

GLADYS OSBORNE LEONARD

TRADUÇÃO: AMADEU ANTÔNIO

A TRAVESSIA FINAL

GLADYS OSBORNE LEONARD Primeira edição em 1937

ÍNDICE

Capítulo

1. A única coisa que tememos
2. Os nossos dois corpos
3. Uma forma de escapar da teia da vida
4. Decomposição e "totalidade"
5. Quando a morte se aproxima
6. Afastando a pedra do túmulo
7. "Cada Calvário tem o seu Olivete"
8. Métodos práticos para ajudar os moribundos
9. As últimas horas
10. O medo de ser enterrado vivo
11. A dor como um caminho para a alegria
12. Uma experiência terrível
13. "Quando o ataque de melancolia surgir"
14. Quem não arrisca, não petisca
15. O mundo intermédio
16. Uma experiência estranha
17. A mente atua sobre a matéria
18. Perigos e complicações
19. Uma dissertação sobre a oração
20. Pode um espírito suicidar-se?
21. O estado de sonho
22. Os animais e os seus corpos etéricos
23. Importante confirmação científica
24. A luz que nunca falha
25. Mais sobre a luz
26. Uma experiência maravilhosa
27. O homem exterior e interior

CAPÍTULO 1

A ÚNICA COISA QUE TEMEMOS

Há uma coisa na Vida que a maioria dos homens e das mulheres teme. Um acontecimento inescapável e inevitável que cada um tem de enfrentar. Não nos podemos prevenir contra ele. Podemos talvez adiar a sua chegada e obter um breve alívio, mas, mais tarde ou mais cedo, temos de o enfrentar. Na verdade, é provavelmente a sua inevitabilidade que nos apavora, porque o homem deseja instintivamente adiar o que é desagradável ou temível o mais que puder.

Há algumas pessoas que encaram — como o Blake fazia — as nossas vidas humanas apenas como uma "etapa mortal da qual a morte por acaso faz parte". No entanto, mesmo esses mais afortunados podem sentir alguns sobressaltos em relação a essa última viagem em direção ao Desconhecido, seja por si mesmos ou por alguém a quem amem ternamente.

Quem os pode culpar? A morte, tal como a temos conhecido, está envolta em mistério, algo que o homem instintivamente odeia e teme. Toda a sua vida, desde a infância até à maturidade, é gasta no esforço de simplificar e clarificar quaisquer problemas que a existência diária possa trazer. Consciente e subconscientemente, ele rejeita o mistério e, tanto quanto possível, só se confronta com o que lhe parecem ser acontecimentos normais, tais como a carreira profissional, o casamento, a chegada dos filhos, as férias, etc. Até a doença é vista como um acontecimento comum na vida da maioria das pessoas, porque está habitualmente presente a crença na recuperação e na retoma da vida quotidiana novamente num período de tempo comparativamente curto.

As férias são preparadas com alegria; mesmo as grandes mudanças, tais como partir para uma longa viagem em direção a algum país distante onde iniciaremos uma nova carreira sob condições inteiramente novas, são encaradas com serenidade porque, tal como na doença, existe sempre a probabilidade de um regresso aos velhos amigos e circunstâncias.

Mas a Morte — essa palavra terrível — parece ser o fim de todas as coisas conhecidas e habituais — do trabalho, do amor e dos interesses.

Por isso, muitos de nós evitam qualquer referência a ela — qualquer contemplação deste fenómeno estranho e aterrorizador.

Mesmo aqueles que acreditam que "a morte é uma porta com dois lados — e o outro lado pertence à imortalidade" — recuam perante certos aspetos da morte. Para si mesmos, o medo de um sofrimento prolongado que os possa levar a ser um fardo e um problema para aqueles cuja tarefa é cuidar deles, ou, no caso de alguém que lhes é próximo — um marido ou esposa, um parente ou amigo ternamente amado —, há a terrível dor no coração provocada pelo assistir ao sofrimento, e talvez às provações, que precedem a transição propriamente dita, combinada com o sentimento de impotência para aliviar a sua aflição. Como o R. C. Trench diz:

Quando somos condenados a ficar impotentes ao lado, Assistindo à agonia da alma ou do corpo, Que o esforço humano não ajuda a diminuir —

bem, sentimos então que daríamos tudo no mundo para ser capazes de fazer algo que pudesse ajudar esse querido sofredor a libertar-se do seu laço com o corpo físico exausto, de forma tranquila, normal e pacífica.

A ciência médica fornece-nos auxílios físicos misericordiosos para a dor intensa, mas há muitos que recuam perante o uso da morfina e de drogas semelhantes, seja por escrúpulos morais, seja porque descobriram por experiência pessoal que estas drogas, longe de funcionarem como um sedativo ou um agente pacificador no seu caso particular, são piores do que inúteis, porque entusiasmam e irritam.

Esses casos infelizes podem ser comparativamente poucos e raros, mas pessoalmente conheci vários assim, e é no esforço de tornar o ato de morrer mais fácil que vou dar alguma informação relativa a métodos muito simples que considereei úteis em casos onde as drogas e os medicamentos falharam inteiramente. Na verdade, de tal forma

simples é um tratamento importante que algumas pessoas podem duvidar da sua eficácia. Existe uma razão científica subjacente, mas ainda pouco compreendida, para a sua utilização, como procurarei mostrar mais adiante.

Além do lado puramente físico da morte, existe o aspeto espiritual e mental, e podemos dar ajuda àquele que se prepara para enfrentar esta grande mudança, para que a possa encontrar com paz e até com alegre interesse.

Podemos capacitar-nos a rejubilar por o nosso ente querido estar a ser libertado das limitações da vida física; podemos ficar contentes por ele o fazer, desde que saibamos ou compreendamos algo dessa nova condição de existência na qual está prestes a entrar.

A fim de fornecer a informação que posso dar sobre estes dois aspetos importantes do caso, baseio-me principalmente na minha experiência pessoal e também nalgumas experiências em primeira mão que me foram relatadas por outras pessoas, as quais apoiam e fundamentam as minhas próprias conclusões.

CAPÍTULO 2

OS NOSSOS DOIS CORPOS

Há dois mil anos, o São Paulo disse: "Há um corpo físico e há um corpo espiritual". Hoje em dia, muitos cientistas eminentes começam a aceitar a existência deste segundo corpo como um facto provado, e alguns entre eles demonstraram a sua existência para além de qualquer sombra de dúvida. Vejam-se os Ecrãs de Kilner (inventados pelo falecido Dr. Kilner), os quais permitiram a muitas pessoas comuns perceber a existência do corpo etéreo ou astral de forma mais ou menos clara.

No passado, muitos nomes foram dados a este segundo corpo, tais como o corpo da Alma, corpo Etérico, corpo Astral, corpo Mental, até corpo Fluídico, mas para o propósito deste livro posso referir-me a ele por qualquer um dos três primeiros, porque estes parecem ser os

nomes mais comumente usados e compreendidos atualmente. Qualquer que seja o nome pelo qual lhe chamem, é o corpo que a alma (e sob esta designação inclui a mente e a individualidade) habitará quando for separada pela morte do corpo físico. Quais são exatamente os constituintes de que este corpo mais subtil é composto, é difícil dizer.

Algumas autoridades dizem que é fluídico, sendo composto principalmente por água ou humidade de algum tipo, tal como o nosso corpo físico é constituído por 70 por cento de água. Outras dizem que consiste num sistema de tensões magnéticas.

Provavelmente ambas estão certas, e os elementos "materiais" reais do corpo etérico são substâncias aquosas animadas ou energizadas pelas tensões eletromagnéticas, e controladas pelo pensamento, que é simplesmente a mente em ação, quer esteja a operar no cérebro etérico ou no físico.

Não há dúvida sobre a sua existência. O problema é que sabemos muito pouco sobre ele e sobre as suas funções e possibilidades. Através da experiência pessoal, estou convencida de que o estudo deste segundo corpo abre um campo de investigação novo e maravilhoso, e que, dentro de alguns anos, compreenderemos muito mais sobre ele e ficaremos apavorados com a nossa ignorância anterior sobre o assunto.

É imperativo que percebamos, em primeiro lugar, que possuímos um corpo etérico; em segundo lugar, que é possível usá-lo aqui e agora sob as condições certas (e será bom para nós estudarmos seriamente este ponto, de modo a apurar tanto quanto possível quais são as corretas); e, em terceiro lugar, que podemos e devemos desenvolver as nossas mentes conscientes segundo as linhas mais puras e subtis, porque ao fazê-lo estamos a formar o carácter e a personalidade, os quais persistem após a morte física e determinam, sem dúvida, o nosso lugar e posição no Além.

Mesmo nestes dias atuais de pressa e tensão, um número surpreendentemente grande de pessoas de tipo bastante normal e

comum está ciente da existência deste corpo etérico. Durante o sono, abandonam conscientemente o corpo físico e viajam no etérico, por vezes para lugares distantes na Terra, quando podem visitar algum amigo que necessite de ajuda; por vezes para outros planos de existência onde veem e comunicam com aqueles que estão "mortos" e deixaram os seus corpos físicos permanentemente.

Como prova em apoio desta afirmação, um dos livros que aconselho a ler (se ainda não o fez) é "A Projeção do Corpo Astral", do Sr. Hereward Carrington, onde são dados muitos exemplos do uso consciente da capacidade do homem de deixar o seu corpo físico e funcionar no etérico. Não é um poder dado a poucos escolhidos e negado a outros. É comum a todos, mas muitos não contemplaram a possibilidade, porque lhes parece uma ideia tão nova e impressionante que as suas mentes a rejeitam como impossível.

Estou convencida de que é sobretudo uma questão de prática. Sem dúvida que levaria mais tempo a algumas pessoas para o conseguir do que a outras, tal como lhes leva mais tempo demonstrar muitas outras faculdades perfeitamente normais no decurso da vida quotidiana. No plano terrestre somos travados de muito do que gostaríamos de fazer devido à falta de meios materiais necessários — dinheiro, força física, tempo e oportunidade, etc. —, mas no mundo etérico não existem tais obstáculos. É um campo de aventura aberto a todos os que têm a vontade e o desejo e entusiasmo suficientes para penetrar além das limitações do físico.

Aqui surge uma questão vital: É seguro aventurarmo-nos neste território desconhecido?

Pessoalmente, estou certa de que é seguro se emprendermos a investigação num desejo sincero de saber mais sobre o nosso verdadeiro eu — as nossas possibilidades infinitas —, tornando-nos assim de mais utilidade para os outros na nossa própria existência diária na Terra; então estou certa de que estamos protegidos pela própria pureza dos nossos motivos. Um desejo altruísta de

conhecimento como um passo para o verdadeiro progresso não pode conduzir a outra coisa senão ao bem.

Não estamos nós a lutar para conhecer a Deus, para O realizar a Ele e às Suas obras maravilhosas? E não é viável que aprendamos mais sobre Ele e nos aproximemos mais d'Ele ao aprendermos mais sobre nós próprios, os nossos dois corpos, o físico, que frequentemente nos confunde na luta diária pela autoexpressão na vida terrena, e aquele veículo menos conhecido, o corpo etérico, no qual a alma habita e através do qual podemos fazer uma ligação mais consciente e definitiva com essa Fonte Infinita de Abastecimento, que está sempre disponível, se a conseguíssemos alcançar?

É um facto que, quanto mais nos aproximamos da dissolução final do físico, mais probabilidade temos de nos tornar espontânea e naturalmente conscientes do homólogo etérico. Isto acontece em muitos casos quando o indivíduo nunca ouviu falar de tal possibilidade — nunca leu sobre o assunto ou esteve minimamente interessado no tema. À medida que o corpo físico perde força, o corpo etérico ganha-a.

Esta ação é automática, mas o processo pode ser, e frequentemente é, grandemente auxiliado se aqueles que rodeiam a pessoa moribunda perceberem este facto. Não há dúvida de que todo o processo da morte pode ser tornado consideravelmente mais fácil em todos os sentidos através do reconhecimento da existência do corpo etérico e das suas necessidades, durante o período difícil de transição e separação do físico, ao qual esteve associado durante tantos anos.

A morte pode ser tornada uma transição pacífica e até bela de uma fase de existência para outra através de uma compreensão correta de algumas leis simples. Deve ser um descarte natural e uma retirada completa de uma vestimenta exterior já não necessária, e não o espetáculo angustiante e perturbador que por vezes é.

Ao dizer isto, devem eliminar-se certos casos de morte violenta.

É quase impossível para o observador dizer o que ocorre e o que não ocorre nas mentes daqueles que passam para o Outro Lado de tal

maneira, mas a partir de certa informação recebida de forma supernormal, como lhe chamamos, de tais casos após a transição, depreendemos que eles sabem muito pouco sobre o assunto na altura. Em todo o caso, nada poderia ter sido feito por eles por causa da rapidez de uma morte assim, pelo que nos devemos limitar a compreender o que pode ser feito para tornar as condições mais fáceis nos casos de morte por doença comum ou velhice.

CAPÍTULO 3

UMA FORMA DE ESCAPAR DA TEIA DA VIDA

O corpo etérico pode se manifestar, e manifesta-se, independentemente do corpo físico durante a vida deste último. Muitos estudantes do oculto alcançaram o poder de projetar o corpo etérico de forma consciente e voluntária. Podem visitar locais distantes e trazer de volta uma memória mais ou menos perfeita de tudo o que viram ou ouviram. Nalguns casos existe confirmação disto, porque foram vistos ou ouvidos por alguém no local que visitaram. Reivindica-se que, com a prática, qualquer pessoa pode "viajar" desta maneira.

Referindo novamente o livro do Sr. Hereward Carrington, "A Projeção do Corpo Astral", o Sr. Sylvan Muldoon apresenta numerosos exemplos da sua capacidade de projetar a sua alma e corpo à sua vontade, e afirma que, após descobrir que era possível fazê-lo, determinou-se a experimentar com vista a fazê-lo voluntariamente. Isto ele fez, com grande sucesso. Se essa prática constante de exteriorizar o corpo astral seria benéfica ou de outra forma, não posso dizer, porque devo admitir que nunca fui capaz de produzir tal fenómeno à minha vontade.

Tais experiências surgiram-me habitualmente de forma espontânea e inesperada. Até há relativamente pouco tempo, não tinha tentado por nenhum período prolongado, pois a minha vida era demasiado preenchida e ocupada, e as tentativas que tinha feito foram espasmódicas e a longos intervalos, provavelmente porque tinha lido

alguma descrição emocionante e convincente de tais proezas, mas deparava-me sempre com o fracasso completo e regressava ao meu trabalho e passatempos habituais com o sentimento de que estas eram as minhas tarefas, e que a projeção consciente do corpo astral — ou etérico — é mais bem deixada para aqueles que têm circunstâncias, tempo e inclinação para realizar um estudo realmente persistente do assunto.

Desde o falecimento do meu marido, que teve lugar há dois anos, tenho tido mais incentivo pessoal para a investigação do mundo etérico, e sinto que tenho tido evidência pessoal suficiente da existência e dos poderes do corpo etérico para me justificar na exposição das minhas experiências neste livro.

O incentivo que me impele a fazer isto é o sentimento de que, uma vez aceitando nós a evidência da existência deste segundo corpo, estamos a caminho de uma compreensão de que possuímos um veículo através do qual as nossas mentes podem funcionar após a morte.

O homem de ciência materialista e o ateu sustentam que, quando a morte do corpo físico ocorre, o cérebro morre com ele, e assim a mente deve morrer também, pois já não tem um veículo através do qual possa trabalhar. Ora, o corpo etérico é semelhante em todos os aspetos ao corpo físico durante a vida terrena, e por algum tempo após a morte; possui um cérebro, tal como tem braços e pernas, ouvidos, olhos e lábios. (Quando afirmo "por algum tempo após a morte" não quero dizer que pense que este segundo corpo alguma vez morra, ou cesse de existir, mas penso que pode sofrer certas mudanças no decurso do tempo. À medida que a alma progride e atinge planos mais elevados de existência, penso que o corpo etérico se pode tornar mais subtil, tendendo sempre para um estado de desenvolvimento mais perfeito.)

Este cérebro etérico constitui um instrumento muito melhor e mais fácil para a mente do que o cérebro físico constituía, porque não tem as desvantagens das condições físicas mais grosseiras a

sobrecarregá-lo e a atormentá-lo. O cansaço corporal, a frustração, os males e aflições de muitos tipos, combinados com a luta contínua pela existência material, afetam por si mesmos negativamente o cérebro, e têm uma tendência a impedir a mente de se voltar para cima, para assuntos mais espirituais e edificantes, devido à necessidade de se focar nos problemas da vida diária.

Como o Whittier disse: "Através de cada teia da vida os fios escuros correm", mas à medida que nos tornamos mais conscientes deste segundo corpo, e da possibilidade de ocasionalmente escaparmos das condições obstrutivas do físico, esforçar-nos-emos por difundir o conhecimento que capacitará qualquer pessoa que o deseje fazer a passar um certo tempo na consciência de planos mais elevados e felizes através de uma experiência astral real.

Um conhecimento definitivo deste Outro Corpo, que possuímos aqui e agora, e da Outra Vida que nos espera, ajudar-nos-ia a ultrapassar muitos períodos sombrios nas nossas vidas terrenas, durante os quais nos sentimos inclinados a dizer:

"É este o caminho, meu Pai?" "É, meu filho;

Tens de passar por esta selva emaranhada e sombria

Se queres alcançar a Cidade imaculada,

O teu Lar pacífico lá no alto."

"Será um Lar pacífico lá no alto?" Ouço alguém perguntar. Sim, será para aqueles que passaram pela "selva emaranhada e sombria" com paciência e um bom coração, reconhecendo a verdade de que

Os males que vemos,

Os mistérios do sofrimento, profundos e longos,

Os enigmas escuros do erro permitido,

Têm todos uma chave;

Este mundo estranho e triste é apenas a Escola do nosso Pai,

Todo o acaso e mudança o Seu amor governará magnificamente.

(Os itálicos são meus, mas ai de mim, não sei quem escreveu estas palavras, pelo que não posso reconhecer a sua autoria.)

Tal como os dias de escola não são todos escuros ou sombrios, mas são animados por férias, visitas felizes a parentes e amigos, que são em si mesmas um vislumbre de, e uma promessa para, a maior liberdade que será nossa quando os "dias de escola" terminarem, assim as nossas vidas diárias serão iluminadas pelo pensamento de que o mundo *real* está ao nosso redor agora.

Como o E. S. Hooper disse:

Dormi, e sonhei que a vida era Beleza;

Acordei, e achei que a vida era Dever.

Seria o teu sonho, então, uma mentira sombria?

Trabalha, coração triste, corajosamente,

E tu acharás que o teu sonho será

Uma luz do meio-dia e verdade para ti.

As minhas próprias experiências pessoais desse Outro Mundo e a realidade do Outro Corpo têm sido tão reais e definitivas que me sinto impelida a passá-las para os meus leitores, e se o relatá-las for uma "luz do meio-dia" para que seja apenas uma alma em luta ou entristecida, sentirei que valeu bem a pena registá-las.

CAPÍTULO 4

DECOMPOSIÇÃO E "TOTALIDADE"

Muitos de nós assistiram ao avanço lento e insidioso de uma doença incurável, ao seu ataque implacável contra o corpo mortal indefeso de alguém que nos é querido.

Ora, de acordo com eminentes Autoridades Médicas, existe uma semelhança curiosa entre os processos pelos quais o corpo passa na juventude e na velhice, especialmente no que diz respeito a certas doenças e sintomas, tais como as convulsões senis e as convulsões infantis, o eczema senil e o eczema infantil, para mencionar apenas duas ilustrações dos muitos distúrbios que acometem um indivíduo em ambas as extremidades da sua vida física.

Na infância, a sua constituição ainda não atingiu o seu pleno vigor; na velhice está a perdê-lo.

Os processos de decomposição são graduais e não afetam todas as estruturas do corpo da mesma maneira e ao mesmo tempo. Nalgumas pessoas (e sinto-me segura de que o temperamento desempenha um papel importante aqui) eles começam muito mais cedo do que noutras.

Mudanças ocorrem nos ossos, nos músculos, no coração, nos vasos sanguíneos e nas vértebras. Todas estas formas variadas de decomposição são graduais e progressivas. A morte pode parecer ocorrer subitamente devido a apoplexia, doença cardíaca, etc., mas é a terminação — não a doença em si — que é súbita. A usurpação da doença pode ter estado em curso durante anos sem que o paciente ou os seus amigos estivessem cientes da sua existência, mas, além de muitas destas mudanças físicas, descobrimos que as faculdades mentais partilham, até certo ponto, da deterioração geral.

A irritabilidade, a perda de memória e a sua acompanhante tendência para a reiteração, a suspeita e uma atitude de mau humor para com aqueles que estão na sua proximidade imediata estão entre os muitos sintomas angustiantes que se podem ver num indivíduo cuja natureza, na vida anterior, tenha sido o oposto das características infelizes que ele agora exhibe.

Assim, do lado físico — visto clinicamente, por assim dizer —, estas mudanças psicológicas são provocadas por um colapso e deterioração gerais do corpo físico, mas existe outro aspeto do caso que tem sido, em grande escala, se não totalmente, negligenciado. O corpo etérico desempenha um papel muito importante no bem-estar ou no sentido inverso do organismo físico.

Sob a nossa condição atual de ignorância quanto à natureza e possibilidades do corpo etérico, as suas funções e atividades, é provável que não lhe estejamos a dar as oportunidades para ajudar o físico, as quais ele é capaz de utilizar no mais alto grau. Devemos lembrar-nos de que este corpo etérico é o corpo da Alma, e dentro da Alma está a Centelha Divina, habitualmente chamada de Espírito.

A Alma deve estar (certamente pode estar) em contacto com vibrações mais elevadas de forças dadoras de vida do que estão os nossos corpos físicos. Dada a compreensão deste facto, através da cooperação voluntária com os funcionamentos mais elevados da Alma, deveríamos descobrir que as condições do corpo físico poderiam ser influenciadas e consideravelmente ajudadas pelas forças de cura que seriam direcionadas sobre e através dele pelo homólogo etérico.

Estou convencida de que estamos a perder grandes oportunidades de obter ajuda desta forma, simplesmente devido à nossa ignorância quanto à existência deste Outro Corpo e à sua importância em relação ao nosso bem-estar.

A má saúde física significa que o corpo da alma está em associação imperfeita com o físico; algo o deslocou, podendo ser apenas no mais ligeiro grau. A velhice e a decadência senil resultam de, ou são o resultado de, o mesmo fenómeno. Quando o corpo etérico e o físico estão em associação perfeita, a boa saúde é o resultado inevitável. Isto é o que se entende por totalidade, ou integridade.

Quando o Jesus realizou alguma cura maravilhosa, Ele disse: "A tua fé te salvou". Ora, a definição do dicionário para a palavra correspondente a "salvou" no sentido original de *whole* é "num estado

saudável, curado, completo, um sistema completo, não defeituoso ou imperfeito, inteiro, composto por todas as partes, unidades, etc., que constituem o agregado".

Quando o Jesus usou essa expressão em relação a uma cura, Ele pretendia que a palavra fosse tomada no seu sentido literal. Submeto que Ele pretendia dizer que tinha unido duas partes componentes e absolutamente necessárias — uma para a outra — (ou seja, os corpos etérico e físico). Quando Ele restaurou um corpo aparentemente morto à vida, seguiu exatamente o mesmo procedimento. Ele induziu o corpo etérico, que se tinha dissociado do físico, a regressar e a completar este último, tornando o organismo inteiro novamente.

Enquanto o corpo etérico esteve dissociado, esteve provavelmente a recarregar-se com forças dadoras de vida e energia, as quais levou de volta para o físico quando o Jesus induziu a reunião dos dois corpos.

Também, quando Ele se referiu ao facto de a fé do homem o ter curado, sinto-me segura de que Ele pretendia dizer algo mais do que a aceitação mental do homem sobre o poder d'Ele — de Jesus — para o curar. Podemos ter esse tipo de fé num frasco de remédio ou numa caixa de comprimidos. Não, penso que Ele se referia ao facto de que, por causa da sua fé, o homem tinha permitido que a sua mente mais elevada operasse e, quando isso acontece, mesmo no mais ligeiro grau, um SOS é enviado do cérebro físico através do cordão etérico (o qual expliquei noutra parte deste livro ser um meio telepático de comunicação entre os dois corpos) para o corpo etérico.

Se a ordem para o regresso do etérico para o físico for apoiada por conhecimento e autoridade espirituais tais como o Jesus tinha, isso resulta numa união dos dois corpos e na subsequente saúde, atividade e integridade no plano físico. O Jesus e os Seus seguidores sabiam evidentemente tudo sobre os dois corpos, a sua existência, as suas funções e as suas infinitas possibilidades.

CAPÍTULO 5

QUANDO A MORTE SE APROXIMA

Cinco meses antes de o meu marido falecer, eu sabia que isso era inevitável, mas ele não fazia ideia disso, e os médicos tinham-me aconselhado a não lhe dizer em caso algum, porque ele era de um tipo altamente nervoso e sensível, e embora estivesse convencido da realidade da Vida do Além, não podia suportar o pensamento de me deixar sozinha. A diferença de dezoito anos nas nossas idades tinha-o feito sentir que eu era muito mais jovem do que realmente era, e ele considerava sempre que eu era inteiramente incapaz de gerir a minha vida material sem a sua ajuda constante, a qual ele tinha dado generosamente, sem se queixar, durante tantos anos.

Nunca um homem sacrificou tão completamente o lado pessoal da vida àquilo que considerava ser o seu dever, e que mais ninguém poderia ter desempenhado por mim com o mesmo espírito sincero. Tudo o que houvesse na sua vida que ele tivesse a mínima ideia de que pudesse interferir com, ou retirar valor a, o meu trabalho, ele colocava de lado sem a menor sombra de arrependimento.

Como alguma compensação, ele tinha o conhecimento de que eu — quase certamente — nunca teria tentado o meu trabalho sem ele, ou, tendo começado e achando-o por necessidade uma vida bastante árdua, poderia tê-lo descontinuado se não fosse pelo seu cuidado constante e lealdade em tudo o que eu fazia. Através da ajuda no meu trabalho, ele alcançou uma crença nas coisas Espirituais, e na imortalidade da alma, que ele francamente reconhecia que mais nada lhe tinha dado, embora a sua juventude tivesse sido passada num bom lar com bons pais, e ele tivesse sido criado nos ensinamentos religiosos ortodoxos habituais.

Durante a sua longa e, por vezes, dolorosa doença, nunca pareceu entrar na sua cabeça que ele não recuperaria.

Uma fase infeliz da sua doença foi que a morfina e outras drogas tinham pouco ou nenhum efeito benéfico no alívio da dor; de facto, pareciam irritar os seus nervos e aumentar os seus sofrimentos em

grande escala. Isto teria tornado este período muito difícil, de facto, mas felizmente uma amiga muito amável e altruísta, a Sra. Ethel Hodson, que vivia não muito longe de nós, possuía o poder da cura espiritual e, sempre que ela colocava as suas mãos no local onde a dor estava, esta diminuía quase invariavelmente e, por vezes, o meu marido caía num sono curto, do qual acordava, com muita frequência, revigorado e livre de sofrimento.

As circunstâncias levaram a Sra. Hodson para longe da vizinhança. Como senti a falta da sua ajuda altruísta e nunca falível! Tentei então fazer eu própria exatamente o que ela tinha feito e, para minha grande alegria, descobri que eu também podia provocar uma certa quantidade de alívio, e vencer o pior da dor e, por vezes, misericordiosamente eliminá-la por completo! Por outras palavras, a Sra. Hodson em maior escala, e eu própria em menor, fomos capazes de demonstrar o poder de permitir que os homólogos etérico e físico se reunissem, induzindo assim um estado de "integridade" novamente, no qual a dor não pode existir.

Persistimos nos nossos esforços para tirar o melhor partido das condições, mas a doença seguiu o seu curso. O sono natural tornou-se quase um estranho para o meu marido e, com a ajuda de outro querido amigo, uma enfermeira foi encontrada para cuidar dele à noite. Ela vinha habitualmente por volta das dez horas e ficava até às sete horas da manhã seguinte, para que eu pudesse ir para o andar de baixo e conseguir algumas horas de sono. Antecipando, através de uma experiência amarga, a certeza de uma noite sem dormir para si próprio, o meu marido costumava adiar toda a preparação para a noite o mais possível, tal como a lavagem, o arrumar da cama, etc., de modo a tornar as horas longas e escuras mais curtas.

Como ele odiava aquelas horas em que eu não estava com ele! No entanto, ele insistia em que eu fosse para outro quarto tentar descansar, sabendo que quem quer que estivesse com ele não teria oportunidade de descansar, pois ele próprio estava intensamente irrequieto e "nervoso" à noite, e necessitava de atenção constante de muitas formas.

A enfermeira tinha organizado estar de serviço seis noites em cada sete, e eu tinha autorização para assumir o cuidado do paciente novamente aos sábados à noite, porque podia conseguir uma certa quantidade de descanso no dia seguinte, por ser domingo, e eu não ter deveres profissionais a cumprir. Sabia que o meu marido adoraria que eu estivesse com ele nessa única noite de cada semana. Quando ele soube que tínhamos organizado isso, o seu rosto iluminou-se de prazer; por isso, quando se aproximou o fim da semana, tanto a Enfermeira como eu ficámos intrigadas com o seu pedido muito urgente de que outra enfermeira fosse especialmente contratada para o sábado seguinte à noite, mas a nossa perplexidade terminou quando ele confidenciou à Enfermeira que queria que alguém viesse apenas por um curto período aos sábados à noite para lhe dar uma forte injeção de morfina na esperança de que esta pudesse (tinha funcionado apenas uma vez!) fazê-lo cair num sono pesado, e assim permitir-me descansar. Tanto a Enfermeira como eu percebemos o seu total altruísmo ao fazer este pedido, pois ele odiava e temia o efeito da droga.

Assim sendo as coisas, a Enfermeira e eu decidimos fazer o melhor possível por ele em tudo o que estivesse ao nosso alcance, e adiávamos sempre, como referi, todas as preparações necessárias para a noite até ao último momento possível, o que significava que a Enfermeira o lavava por volta das 11h30, e eu ficava acordada à espera até que ela terminasse e estivesse pronta para o colocar num divã enquanto fazíamos a cama. Ele era muito difícil de mover, e eu ajudava-a sempre nessa tarefa, o que significava que por vezes tinha de esperar até às 12h00 ou 12h30 da meia-noite; e, para não me deixar dormir após um dia longo e cansativo, costumava dar um passeio sozinha ao longo da marginal.

A paz parecia chegar até mim naquela longa extensão de passeio marítimo pouco frequentado. Por vezes, caminhava rapidamente por toda a sua extensão, que era uma questão de três quartos de milha, duas ou três vezes, antes de regressar a casa para ajudar a Enfermeira e dar as boas-noites ao meu marido.

No início de fevereiro de 1935, pareceu haver uma ligeira mas categórica melhoria no seu estado. Certos sintomas tinham desaparecido e parecia haver a possibilidade de uma recuperação. A Enfermeira e eu tínhamos discutido isso, com bastante esperança, numa manhã de domingo. Depois, uma fraqueza súbita pareceu instalar-se, a qual eu esperava ser apenas um retrocesso temporário, mas senti-me bastante desapontada com isso, após os planos para certos tratamentos, dieta, etc., que a Enfermeira e eu tínhamos desenvolvido juntas.

Na segunda-feira, 11 de fevereiro, saí à minha hora habitual, por volta das onze horas, e caminhei pela marginal até ao ponto onde habitualmente dou a volta e regresso. Justamente quando estava a vinte ou trinta jardas deste ponto, dei-me conta de uma forma vaga e sombria à minha direita, caminhando ao meu lado, passo a passo.

Depois ouvi uma voz — a voz do meu marido — dizer nitidamente:

— *Não te preocupes, mulherzinha, não te preocupes.*

Fiquei tão surpreendida que não respondi. Limitei-me a caminhar os poucos passos restantes, voltei-me e caminhei diretamente de regresso a casa, em vez de continuar o meu passeio até à extremidade oposta da marginal.

Pareceu-me muito estranho, porque, embora estivesse familiarizada com a ideia destas exteriorizações do corpo etérico (e estivesse completamente convencida de que tinha sido o corpo etérico do meu marido que tinha caminhado ao meu lado e tinha falado comigo), tinha dado como certo que o corpo físico devia estar a dormir para que o etérico fosse capaz de se manifestar de uma maneira completa e separada.

Sabendo que naquele preciso momento a Enfermeira estaria a lavar e a cuidar de outro modo do seu paciente, e que ele estaria perfeitamente acordado, fiquei deveras intrigada.

À minha chegada a casa, dirigi-me imediatamente para o quarto e, ao ver-me abrir a porta, a Enfermeira colocou o dedo nos lábios e fez-me sinal para entrar silenciosamente. Contornando o canto do biombo que excluía as correntes de ar da sua cama, vi que ele estava num sono muito profundo — um sono como já não tinha há muito tempo. Assim, a convicção de que tinha sido realmente o seu eu etérico a falar comigo fortaleceu-se consideravelmente.

Ele dormiu muito melhor nessa noite do que o habitual e acordou de manhã aparentemente livre de dor. Não lhe disse nada, mas, depois de a Enfermeira se ter ido embora pelo dia, ele disse-me:

— *Sabes que estive fora, na marginal?*

Eu respondi:

— *Sim, eu sei.*

Ele disse:

— *Como é que sabes?*

— *Porque te ouvi falar comigo.*

— *Falei? — comentou ele — Não me lembro de falar contigo. Só sei que estive na marginal e não sabia como tinha lá chegado. Também me lembro de que estive com outras pessoas, a falar com elas.*

Esta experiência deu-me a certeza absoluta de que o corpo da alma do meu marido estava a afrouxar a sua ligação com o homólogo físico, apesar da recente melhoria no seu estado. Revivi na memória as outras ocasiões em que tinha visto e sentido o corpo etérico exteriorizado enquanto o indivíduo estava realmente vivo no plano físico. A minha experiência pessoal provou-me que, quando vejo o "duplo" de alguém que conheço, é um sinal de que essa pessoa vai partir das condições terrenas dentro de um tempo limitado.

O período real que decorre entre o meu testemunho deste fenómeno e a morte física varia consideravelmente, sendo o tempo mais curto de dois dias antes e o mais longo de cerca de dois anos.

Houve apenas dois casos em que o intervalo foi tão longo como dois anos, mas em ambos os casos os indivíduos eram pessoas vigorosas, aparentemente saudáveis e apenas de meia-idade. Seria de esperar que estivessem "prontas" para pelo menos mais vinte ou trinta anos, e eram consideradas extraordinariamente fortes e de boa saúde por todos os que as conheciam.

Num exemplo, vi duas pessoas no mesmo momento. Eram desconhecidas uma da outra, mas eu conhecia-as a ambas há vários anos.

Numa tarde de domingo, no inverno, entrei numa sala na casa de um amigo e, para meu espanto, sentada num divã, estava a figura de um homem com quem eu esperava encontrar-me na segunda-feira seguinte. A figura era perfeitamente distinta em cada detalhe. Olhei fixamente para ela por um momento, desviei o olhar e depois olhei de novo para o divã. O meu amigo tinha desaparecido, mas uma espécie de mancha nublada surgiu um pouco ao lado do lugar onde o tinha visto. Um rosto formou-se de modo um pouco indistinto nessa névoa e, gradualmente, tomou uma forma definida.

Naturalmente, eu esperava ver a mesma pessoa materializar-se, mas, para minha surpresa, um rosto diferente formou-se, embora com uma semelhança impressionante com o primeiro. Por acaso, havia várias características de uma semelhança bastante marcante, tais como o corte e a cor do cabelo e do bigode, também a tez e os contornos gerais dos rostos eram de certo modo parecidos. Aqui terminava a semelhança, pois um homem era consideravelmente mais alto do que o outro.

À medida que o segundo rosto e forma tomavam uma configuração mais definida, reconheci-o como pertencendo a um homem que eu tinha visto nessa própria manhã e que estava, naquele momento, a desfrutar de uma partida de golfe. Esta forma também só ficou por um momento, mas foi o suficiente para eu estar perfeitamente segura da evidência dos meus próprios olhos.

Bem, o primeiro homem morreu dois dias mais tarde e o segundo dois anos depois. O primeiro tinha ficado — sem que eu o soubesse — subitamente doente na altura, mas o segundo estava, para todos os efeitos, perfeitamente bem.

Noutra ocasião, saí para fazer algumas compras e, enquanto atravessava uma parcela de terreno baldio, notei um aroma extremamente forte a ervilhas-de-cheiro. Era como se um grande ramo delas, fresco e fragrante, fosse segurado perto do meu rosto. Após cerca de meio minuto, desapareceu. Um quarto de hora mais tarde, enquanto olhava para a montra de uma pastelaria, ele surgiu de novo, mais fortemente do que nunca.

Olhei em redor, com a minha prudência habitual, mas não consegui ver nada que o justificasse. Um terreno de construção abandonado de um lado, e um pequeno bangaló com nada no jardim exceto um relvado e algumas roseiras trepadeiras e crisântemos ainda não em flor do outro lado da pastelaria.

Avancei e olhei para outra loja a cerca de quatrocentas jardas da primeira — e o aroma surgiu de novo. Dei voltas à cabeça a pensar qual seria o significado daquilo — porque estas coisas não me acontecem frequentemente — e há sempre alguma razão definida para a sua presença quando acontecem.

Eu nunca tinha sido especialmente fã de ervilhas-de-cheiro, mas lembrava-me de uma amiga muito próxima que tinha uma grande afeição por elas e, na última ocasião em que fiquei na sua casa, ela tinha enchido o meu quarto com elas, e tinha-me dado também um grande ramo para levar para casa na manhã seguinte. Tínhamos tido uma conversa bastante longa sobre as qualidades das ervilhas-de-cheiro, particularmente sobre o seu aroma, e ambas comentámos que a variedade que ela cultivava tinha um perfume especialmente doce e forte. Este incidente veio de forma muito clara à minha mente como o único que poderia ter qualquer ligação com a minha experiência atual, mas eu não conseguia ver o seu significado na altura, pois sabia que a minha amiga estava viva e bem.

Poucos dias mais tarde, outra amiga (que conhecia aquela que me tinha dado as ervilhas-de-cheiro) e eu fomos caminhar à beira-mar quando, muito subitamente, no meio da discussão de um assunto que interessava muito a ambas, senti a minha primeira amiga ao meu lado, e um sentimento de profunda depressão e tristeza abateu-se sobre mim. Tão forte foi ele que parei de caminhar e clamei para a amiga que me acompanhava:

— *Oh! Sinto que a Sra. B está aqui, e que algo lhe está a acontecer; algo que é triste e aterrorizador. Sinto-me terrivelmente perturbada. Algo está muito errado com ela.*

A minha amiga ficou a pensar o que poderia ser; o nosso passeio da tarde ficou estragado, pois a condição depressiva não passou tão rapidamente como habitualmente me acontece.

CAPÍTULO 6

"AFASTANDO A PEDRA DO TÚMULO"

Muito pouco tempo depois, soube que a Sra. B tinha ido, nessa mesma tarde, consultar um especialista a quem tinha sido enviada por um médico. Ela tinha estado a sofrer do que pensava serem dores reumáticas e foi ao exame de forma bastante alegre. Para seu horror, foi-lhe dito que sofria de cancro maligno na sua pior forma e que tinha apenas um curto período de vida. Foi um grande choque, pois ela tinha parentes na terra a quem era dedicada, e muitos interesses e trabalho filantrópico. Ela mal sabia como tinha chegado a casa; estava mal consciente do que a rodeava e, nalgum momento durante a última parte do dia, teve uma espécie de ataque do qual recuperou apenas para enfrentar o curso habitual da terrível doença, o que fez com coragem e fortaleza, uma vez passados a surpresa e o choque.

Mais tarde, passou para o Outro Lado, morrendo pacificamente, até mesmo alegremente, sabendo, como felizmente sabia, que "as nossas vidas humanas são apenas uma etapa mortal da qual a morte por acaso faz parte", e que a promessa de "descanso" que todas as religiões oferecem ao sofredor cansado não é um sono longo e sem fim, nem é uma condição de apatia ou inconsciência em relação

àqueles que amamos, seja na terra ou do Lado de Lá. O Goethe expressa-o belamente quando diz:

O descanso não é o abandonar
Da carreira movimentada;
O descanso é o colocar
De si mesmo na sua esfera.
É o movimento do ribeiro
Límpido e sem contenda.
É o amar e o servir
O Mais Alto e o Melhor;
É o avançar sem desviar
E isso é o verdadeiro descanso.

Conforme observei anteriormente, estas e outras experiências provaram-me que, sempre que vejo o duplo, é ou o de alguém que já partiu ou o de alguém que se aproxima de o fazer.

Penso que, em muitos casos, a alma sabe muito antes do eu físico que o tempo está prestes a chegar em que terá de partir do corpo terreno e da vida terrena e, assim que esta etapa na consciência é alcançada pela alma, ocorre um afrouxamento. O corpo etérico começa gradualmente a libertar-se dos entraves do físico e faz viagens ou excursões "por sua conta", como se estivesse a testar as suas asas, ou a esforçar-se por se familiarizar com a nova etapa de existência na qual em breve estará a funcionar permanentemente.

Muitas pessoas que estudaram as leis espirituais e psíquicas estão frequentemente cientes destas experiências etéricas e trazem de volta uma memória mais ou menos perfeita delas quando regressam ao físico, mas sem a realização consciente das possibilidades infinitas dos corpos da sua própria alma. Outras podem ter a experiência astral real, mas não se lembram dela depois.

Estou ciente de que muitas pessoas podem ter visto os duplos etéricos de pessoas que lhes são conhecidas e que não morrem logo a seguir. Se assim for, então penso que podemos traçar a causa até uma

de duas razões, sendo a mais provável que o "vidente" é, sem dúvida, o possuidor de poderes de clarividência que podem apenas funcionar ocasionalmente e inesperadamente, e a segunda explicação pode ser que o exteriorizador se tornou um pouco proficiente na arte de exteriorizar o seu corpo etérico, como sem dúvida tem acontecido em muitos casos.

No *The Nottingham Evening Post*, duas histórias de duplos de Membros do Parlamento terem sido vistos na Câmara dos Comuns foram recontadas por um escritor bastante recentemente:

Sir Carne Rasch (é afirmado) foi visto por vários outros Deputados na Câmara numa altura em que estava na verdade doente na cama. Sir Gilbert Parker declarou sobre esta ocasião: "Quando o Rasch aceitou o meu aceno com o que parecia muito um olhar fulminante, e respondeu à minha pergunta amável com silêncio, fiquei um pouco surpreendido. E quando ele subitamente e silenciosamente desapareceu, levei a mão à cabeça em total perplexidade e perguntei a mim mesmo se seria possível que o pobre Rasch, cuja doença tinha sido relatada nos jornais, tivesse morrido".

Sir Arthur Hayter também viu esta aparição do Rasch e sobre ela disse: "Estou seguro de que vi Sir Carne Rasch. Fiquei impressionado por duas peculiaridades — a sua palidez extrema e o seu desprendimento de si próprio; e pelo facto de ele ocupar um lugar remoto do seu sítio habitual".

Há alguns anos, o Dr. Mark Antony MacDonnell foi visto nos recintos da Câmara por colegas deputados em dois dias consecutivos, quando ele não tinha saído do seu próprio quarto durante esses dois dias. Este "espírito" também registou um voto no corredor de votação. Um caso estranho, na verdade, este, pois homens que o conheciam bem estavam preparados para jurar que o tinham visto.

Sabemos tão pouco da razão por detrás deste fenómeno particular porque não estudámos o assunto suficientemente. Falando pessoalmente, não penso que tenha desenvolvido a clarividência normal na medida que me permitisse ver o duplo de qualquer pessoa

facilmente. Não vejo auras, como tantas pessoas veem; é apenas em raras ocasiões que sou abençoada com este poder de ser capaz de ver algo que evidentemente reside mesmo além do alcance da nossa visão normal.

Sei que existe um mundo de maravilhosa beleza tanto de visão como de som que reside mesmo fora da nossa consciência comum, à espera de que tomemos a iniciativa. Sinto que seria benéfico para toda a raça humana se soubéssemos mais — reparem, não digo *tudo*, porque teremos de estar contentes com um passo de cada vez, mas um passo leva inevitavelmente a outro, e quanto mais alto ascendemos, mais perto ficamos da Verdade perfeita. Li algures:

Oh, para o bem de todos nós alguma doce esperança reside Profundamente sepultada aos olhos humanos. E no além, os anjos podem Afastar a pedra do túmulo.

Não apenas "no além" podem os anjos afastar a pedra; eles cooperarão connosco e fá-lo-ão agora, se assim o desejarmos. Se exercermos toda a nossa força e determinação para viver uma vida espiritual aqui e agora, podemos aprender sobre as coisas que estão atualmente "profundamente sepultadas aos olhos humanos". Elas estão apenas "sepultadas" porque obscurecemos a nossa própria visão e embotámos a nossa audição pela nossa completa absorção nas lutas e aflições das nossas vidas terrenas.

O Longfellow disse que "os nossos dias de hoje e de ontem são os blocos com que construímos". Isto é verdade, e se usarmos apenas blocos de um tipo grosseiro e material não seremos capazes de visualizar essa estrutura fina e nobre que poderíamos estar a construir e, se não nos habituarmos a uma consciência da beleza ao nosso redor, não nos podemos tornar conscientes daquela que está logo além — embora a uma distância tão curta além — do nosso alcance.

Não tem de ser assim. Não será assim num período de tempo comparativamente curto, quando tivermos aumentado o nosso conhecimento e apreço pela Vida nos seus aspetos mais elevados.

CAPÍTULO 7

"TODO CALVÁRIO TEM O SEU MONTE DAS OLIVEIRAS"

Assim que percebi que o fim da vida física do meu marido estava de facto a aproximar-se rapidamente do seu termo, voltei todos os meus pensamentos e energias para o ajudar a realizar a Grande Mudança que tinha diante de si. O médico e a enfermeira tinham-me avisado de que a natureza da sua doença terminaria muito certamente numa passagem muito difícil e penosa. Na verdade, o médico tinha-me rogado — tanto pelo meu próprio bem como pelo do meu marido — que o deixasse ir para uma casa de saúde para morrer, mas sabendo do seu amor pelo lar e da sua aversão a lugares estranhos, senti que tinha de o manter no seu ambiente habitual a todo o custo. Suspeitei que o médico, na bondade do seu coração, queria poupar-me àquela que ele acreditava que viria a ser uma provação angustiante e exaustiva.

Em oposição a esta ideia do aspeto físico do caso, eu tinha uma convicção positiva e avassaladora de que existiam formas através das quais poderia assistir o meu marido; formas pelas quais o poderia ajudar a afrouxar suave e pacificamente a sua ligação com aquele pobre corpo atormentado pela dor. Orei fervorosamente para que a minha mente estivesse recetiva às sugestões corretas vindas de um Plano Mais Elevado, e para que certos amigos que tinham partido para o Além algum tempo antes fossem autorizados a vir e a ajudar alguém que tão bem conheciam, estando entre eles dois que foram médicos durante as suas vidas terrenas. Roguei-lhes — se não fosse contra a vontade de Deus que o fizessem — que me inspirassem o que fazer, tanto física como mentalmente, pelo meu marido, e pedi também que o ajudassem no plano Espiritual, tanto antes como durante e após a sua passagem.

Estou certa de que, nestes tempos de dor e de separação iminente, os dois mundos — o físico e o etérico — se aproximam muito um do outro. É uma das misericordiosas dispensas de Deus que uma

visão mais ampla nos seja concedida nessa altura; o caminho abre-se e os pretensos ajudantes do Lado de Lá rompem o Véu, revelando-se a nós como verdadeiros Anjos Ministradores. Eles ajudam de boa vontade e com alegria, tristes pelo nosso desgosto, mas contentes pelo bem daquele que está prestes a despojar-se do seu corpo físico e a juntar-se-lhes. Quão belamente o George MacDonald expressou isto quando escreveu:

Penso que a morte tem dois lados — Um ensolarado e um escuro, tal como esta terra redonda Em cada dia é metade ensolarada e metade escura; Nós, do lado escuro, chamamos ao mistério MORTE, Eles, do outro lado, olhando para baixo na luz, Esperam o nascimento alegre com outras lágrimas que não as nossas.

Sim, "eles esperam o nascimento alegre" e, se apenas pedíssemos a sua cooperação no espírito correto, com o motivo correto, eles inspirariam aqueles que estão no "lado escuro" sobre o que fazer pelo paciente e o que não fazer.

Pela primeira vez desde que a doença do meu marido começou, senti-me inspirada a deixar inteiramente o meu trabalho profissional por agora, e a dedicar-me a fazer tudo o que pudesse para cooperar no sentido de tornar tudo o mais fácil possível.

Ora, o meu marido tinha sido sempre muito difícil no que tocava à dieta e ao cuidar de si próprio sob qualquer forma. Tinha sido aconselhado a beber bastante água pura para ajudar a limpar os rins de alguns dos venenos acumulados que continham, como resultado de todo o tipo de doença tropical e febre que ele (como o próprio dizia) parecia ter uma aptidão perfeita para contrair nos seus anos de juventude.

Todas as formas de alimentos com amido eram más para ele, mas ele adorava-os e recusava-se a beber água simples. Chá forte, que tinha estado às vezes duas horas a apurar no bule, era a sua bebida favorita; açúcar e doces, bolos extremamente ricos e pudins de toda a espécie eram os alimentos de que mais gostava. Pelo que podem imaginar que eu não estava muito esperançosa quando a primeira

inspiração que me foi dada pelos nossos Ajudantes Invisíveis foi a de lhe dar bastante água a beber.

Esta mensagem chegou-me de forma muito clara e categórica, enquanto o meu paciente dormitava, no dia seguinte ao de eu ter visto o seu duplo na marginal. Assim que acordou, pediu-me que lhe desse um gole de água. Dizer que fiquei surpreendida com um tal pedido vindo dele é dizer pouco, mas atribuí-o à influência dos nossos amigos "do Lado de Lá".

Quando lhe entreguei o copo, ele disse:

— *Eles disseram-me para beber água.*

Perguntei:

— *Quem te disse?*

Mas ele apenas respondeu:

— *Disseram que eu tenho de beber água.*

Até àquela altura, ele tinha desfrutado da comida que eu lhe dera, mas agora afastava-a com um gesto e pedia novamente água se eu não lha desse com a frequência que desejava. Ele nunca tinha sido apreciador de fruta, mas arranjei algumas uvas boas, tirei-lhes a pele, retirei os caroços e dei-lhe apenas a polpa e o sumo, que ele agora aceitava avidamente. Com exceção de um pouco de chá da China fraco de vez em quando, esta foi toda a alimentação que ele aceitou.

Mesmo que a aceitem, estou convencida de que os moribundos não necessitam de "nutrição". "Nutrir" o invólucro físico desgastado do qual a alma está a tentar fazer o seu melhor para se libertar é apenas criar e prolongar uma luta desnecessária entre os dois corpos. Em muitos casos, isso nem sequer fortalece o físico, porque este já não consegue fazer uso de alimentos sólidos, os quais apenas obstruem o organismo e produzem mais dor e sofrimento.

A morte deve ser um "libertar" e um dos meus objetivos ao registar estes detalhes é o de procurar ajudar as pessoas a auxiliarem neste processo de afrouxamento. A administração de drogas — a

morfina, por exemplo — é simplesmente um método artificial de auxiliar o que deveria ser uma transição perfeitamente natural e fácil do corpo físico para o etérico.

De algum modo, eu sabia que a passagem do meu marido seria fácil, especialmente se obedecesse às inspirações que surgiam de forma tão subtil, mas tão inequívoca, na minha mente; e, no dia seguinte ao do seu surpreendente pedido de água, aconteceu algo que me agradou muito.

Ele tinha estado a dormir; na verdade, estava agora a dormir de forma mais pacífica do que o fizera durante todo o decurso da sua doença, embora apenas em períodos comparativamente curtos. Assim que acordou, voltou-se para mim e disse:

— *Estive num lugar lindo — uma instituição linda; diz-me, por quem é gerida? É gerida de forma tão maravilhosa.*

Nenhuma descrição que eu pudesse dar em palavras transmitiria, em qualquer grau, uma verdadeira concepção da alegria e do espanto que transfiguraram o seu rosto quando me dirigiu estas poucas palavras. Os próprios tons da sua voz estavam impregnados de uma gratidão quase ofegante. Penso que a atmosfera do lugar que ele tinha visitado lhe tinha dado um tal sentimento de esperança e segurança que ele não ficou muito perturbado por não encontrar uma explicação comum para o acontecimento.

Durante essa última semana, ele foi várias vezes à "Linda Instituição". Eu ansiava por saber mais detalhes, mas não ousava importuná-lo com perguntas no seu estado de fraqueza cada vez maior. Era uma alegria suficiente para mim ver a expressão alterada do seu rosto e os tons alegres da sua voz quando mencionava as suas experiências.

Há muito tempo que não via tal evidência de felicidade no seu pobre rosto emagrecido, e a sua voz tinha gravado os seus tons de dor na minha memória a tal ponto que eu tinha temporariamente esquecido como soava quando ele estava real e verdadeiramente feliz.

Agora, na altura que eu tinha temido durante tanto tempo, todo o aguilhão e sofrimento da morte estavam mitigados.

Este tempo de provação teve a sua compensação. Parecia que as palavras de Giles eram verdadeiras, e que —

Cada Calvário tem o seu Olivete. Para cada lugar de crucificação existe igualmente um lugar de ascensão. O sol que estava envolto em sombras desvela-se e o céu abre-se com esperanças eternas para a alma que estava próxima do desespero.

A um velho amigo que foi um dos muito poucos que o visitou durante esse período, ele falou várias vezes sobre estes outros lugares que tinha visitado e disse que lhe tinha sido dito pelas pessoas de lá que não era para comer nada, mas para beber muita água.

Depois disso aprendi que o ato de beber água fortalece o corpo etérico e permite-lhe afirmar-se mais fortemente no seu esforço para se separar permanentemente do seu homólogo físico, ao qual está ligado por um cordão etérico, por vezes chamado "o Cordão de Prata", que o vincula ao corpo físico durante o seu período de vida terrena. Este cordão nunca é cortado até que a morte ocorra.

Grande parte da aparente dificuldade ou do sofrimento associado à morte é causada pela incapacidade do etérico se dissociar do invólucro físico.

Algumas pessoas estão mais firmemente "fixadas" no estado físico do que outras. É, penso eu, em parte uma questão de temperamento e de compreensão física e espiritual, mas uma consciência da existência do corpo etérico e a realização dos seus poderes de dissociação ou de existência separada fariam um longo caminho para produzir o fenómeno de forma mais fácil do que é possível sob as condições atuais, em que os seres humanos estão apenas cientes de um corpo — ou seja, o físico.

CAPÍTULO 8

MÉTODOS PRÁTICOS PARA AJUDAR OS MORIBUNDOS

Esta última semana da vida terrena do meu marido não foi um período infeliz, embora não se pudesse deixar de sentir a tristeza inevitável da despedida que se avizinhava — obviamente tão breve. Havia uma paz no ar que tinha faltado durante os longos meses de tentativa de combater a dor e o desconforto, frequentemente sem sucesso. Possivelmente, os nossos esforços tinham contido uma qualidade de tensão, a qual nunca ajuda a criar uma atmosfera de paz. Muitas vezes repeti para mim própria as palavras:

Deixa cair os Teus orvalhos quietos de tranquilidade, Até que todas as nossas lutas cessem; Retira das nossas almas a tensão e o stresse, E permite que as nossas vidas ordenadas confessem A beleza da Tua paz.

Aqui quero dar uma palavra de conselho — conselho que, a dada altura, teria pensado ser desnecessário, mas a experiência mostrou-me que é urgentemente necessário. Quando o momento da separação se aproxima, a alma e a mente do paciente necessitam de paz absoluta.

Muito frequentemente, alguém entra na ponta dos pés silenciosamente no quarto do doente e mantém uma conversa sussurrada com a enfermeira ou com quem estiver a prestar assistência. A conversa pode ser sobre o paciente ou pode desviar-se dele para outras coisas. Qualquer que seja o assunto, não falem sobre ele no quarto. Saiam e discutam-no lá fora. Podem pensar que o paciente está inconsciente, ou parcialmente assim, e não sabe o que está a acontecer. Não, a sua mente consciente pode não estar ciente, mas agora a sua mente inconsciente ou subjetiva está a emergir gradualmente à superfície. Essa parte maior da mente que não se pode expressar através do limitado cérebro físico está agora a começar a afirmar-se.

É a mente da alma e, porque a alma está a começar a desligar-se do corpo terreno, a mente subjetiva ou maior encontra-se a funcionar de forma imperfeita e intermitente em ambos os corpos. Provavelmente funciona de forma mais completa no cérebro e no corpo etéricos, mas até que o etérico esteja permanentemente dissociado do físico, esta mente encontrar-se-á ocasionalmente a flutuar para o cérebro físico e a registar lampejos de percepção quanto ao que está a acontecer ao corpo físico ou ao seu redor.

Nesta conjuntura, é da maior importância que tudo o que esteja a ser feito ou dito, ou mesmo pensado no quarto, seja direcionado para o paciente para o ajudar, e não degenerar numa espécie de conversa trivial sobre o paciente ou qualquer outro tema. Se isto for permitido, ele ficará perturbado, intrigado e, num esforço para compreender o que se passa ao seu redor, a sua mente fixar-se-á ao cérebro físico de forma mais tenaz do que é bom para ela.

Todos os nossos esforços devem agora concentrar-se em tornar fácil para a alma e para a mente libertarem-se do físico. Notem bem — não devemos tentar fazê-lo por ele —, isso seria uma interferência injustificável no progresso natural dos acontecimentos, mas devemos fazer tudo o que estiver ao nosso alcance para assistir a alma do paciente a fazê-lo por si própria.

Este é o principal objetivo que devemos visar.

Pessoas bem-intencionadas tomaram frequentemente a vontade de Deus nas suas próprias mãos. A sua atitude para com o paciente tem sido: "Pobre alma! Está na hora de ele ir. Quanto mais cedo melhor para ele. Devemos orar e concentrar-nos para que ele seja levado rapidamente — para lhe poupar mais sofrimento", e assim por diante. O seu motivo é bom, mas o resultado é que alguma parte da subconsciência é despertada — aquela porção dela que foi rotulada como "autopreservação" ou "a primeira lei da natureza" e que está sempre a lutar para preservar a sua ligação com o corpo físico.

É um instinto muito forte, na verdade, como percebemos quando nos lembramos da ação automática de levantar o braço para evitar um

golpe antes de estarmos conscientemente cientes de que há algo a ser evitado. O fechar do olho perante a mosca invasora ou o argueiro. O instinto não é um dos atributos mais elevados das nossas mentes, mas enquanto habitamos o corpo terreno ele é muito forte e insistente.

Quando a morte está próxima, ele desperta perante a menor provocação, justamente quando é mais importante que a alma siga o seu curso de libertação de forma pacífica e sem entraves, pelo que devemos visar não lhe dar qualquer provocação. A atitude distante e impessoal da enfermeira profissional, que por vezes nos impressiona como sendo antipática e fria, é muito preferível a algumas das atenções minuciosas, embora bem-intencionadas, de parentes extremos e ansiosos.

A condição perfeita — sempre que as circunstâncias o permitam — seria que quem estivesse a acompanhar o paciente fosse alguém que compreendesse o lado mental e etérico da morte tão bem como o apenas físico. O programa perfeito de comportamento numa altura destas seria que esta pessoa sábia assumisse a total responsabilidade. (Provavelmente seria uma mulher, embora o que tenho para dizer se pudesse aplicar com a mesma facilidade a um homem, mas para o nosso propósito referir-me-ei a esta pessoa no género feminino.)

Os seus objetivos seriam direcionar pensamentos de esperança e encorajamento para a alma do paciente. Se ela não os conseguir originar, pode recorrer, em busca de inspiração, a algumas das passagens reconfortantes das Escrituras, ou a excertos de qualquer bom livro sobre assuntos Espirituais que contenham referências ao lado mais feliz da mudança a que chamamos Morte. Quaisquer pensamentos que ela consiga transmitir de forma tranquila e fácil encorajarão e assistirão a alma nos seus esforços para se libertar. O amor dará a compreensão necessária.

Quão maravilhoso seria se um dia combinássemos um curso de formação espiritual a par do habitual lado material da formação de uma enfermeira (e de um médico)! Conheci muitas mulheres que

olham para o trabalho de enfermagem como uma missão sagrada e que acolheriam com agrado um curso desses.

Como o Keble disse:

Há nesta corrente ruidosa e atordoante De cuidado humano e crime, Aqueles com quem as melodias habitam Do carrilhão eterno; Que carregam música no seu coração Através da ruela empoeirada e do mercado conflituoso, Exercendo a sua tarefa diária com pés mais céleres Porque as suas almas secretas um canto sagrado repetem.

Sim, há muitos que de boa vontade carregariam a "música nos seus corações e o canto sagrado" para todos os que dele necessitam, e tal posse não teria de interferir com o bom senso prático que é necessário para realizar o que se chama o lado mais prático e mundano da enfermagem. Encontrar-nos-íamos mais facilmente capazes de "exercer a tarefa diária com pés mais céleres" em consequência do nosso conhecimento espiritual.

Enquanto aguardamos este estado de coisas — um equilíbrio de conhecimento físico e espiritual na medicina e na enfermagem —, devemos apenas fazer o nosso melhor com o material que temos à mão. É maravilhoso como a percepção e a intuição podem brotar do amor e ensinar aos que não têm prática exatamente o que fazer! Não tinha o Longfellow razão ao dizer:

Ah, quão ágil se torna a mão
Que obedece ao comando do amor!
É o coração e não o cérebro,
Que ao mais alto consegue chegar,
E aquele que segue a ordem do amor
Excede em muito todo o resto!

Portanto, se não fores dotado, nem inteligente, nem experiente, podes ainda assim fazer tanto, mas tanto, para tornar essa passagem uma coisa de beleza e de facilidade, se assim o desejares. Exatamente a mesma atitude tranquila e cuidadosa que adotarias com uma criança que está a aprender a andar ou a tentar qualquer tarefa nova. A alma

comum está exatamente na posição de uma criança na sua relação com a sua nova vida.

Lembra-te de que há outras almas à espera para ajudar; almas que já estão no Grande Além e que estão já neste momento à espera para assistir o recém-chegado assim que este se liberte. Mãos amorosas estão estendidas, acenando à alma cansada e exausta para um lugar de paz; "Alguma sombra protetora onde o pecado e a luta cessam", como o Wordsworth disse. Devemos cooperar com esses ajudantes invisíveis. Eles anseiam que o façamos e, se elevarmos os nossos corações e mentes numa simples expectativa, descobriremos que eles nos inspirarão sobre o que fazer para o melhor.

"Ele dará ordens aos Seus Anjos a teu respeito" é literalmente verdade, especialmente neste período crítico em que os dois estados a que chamamos Vida e Morte se aproximam tanto um do outro que, por um curto período, mal conseguimos perceber a linha de fronteira que os divide.

Pelo fim da última semana do meu marido na terra, eu estava sentada sozinha com ele. Ele tinha caído num daqueles sonos fáceis e pacíficos de que tinha sido um estranho durante tanto tempo. Eu tinha-lhe dado goles de água, passada por um pequeno filtro, e muito pouca comida sólida. Ele lembrava-me persistentemente para não lhe impor comida, mas para lhe dar mais água. Isto era muito invulgar nele, porque, como observei antes, ele gostava de comida e de chá forte; ele detestava água por si só.

Também segui as minhas inspirações no que diz respeito a não falar sobre ele, ou sobre outras coisas no quarto, mas falar com ele sempre que fosse aconselhável. Por vezes, apenas me sentava calmamente ao seu lado, sem dizer nada, mas pensando direcionando os pensamentos para ele. Estou certa de que esta é a atitude mais útil que podemos adotar para com uma pessoa moribunda, ou seja, falar-lhe de forma tranquila e esperançosa sempre que for evidente que ele deseja ou é capaz de escutar; e, quando ele não o puder fazer, deve-se escolher os pensamentos com cuidado.

Há pouca dúvida de que a alma desprendida capta e reage a cada pensamento no seu ambiente. Torna-se cada vez mais sensível aos pensamentos até à separação final, quando é habitualmente levada de forma tranquila por aqueles Outros que vieram ajudar com esse propósito em vista.

Enquanto eu estava sentada a observar, ele acordou e estendeu a sua mão, alcançando a minha. Numa voz fraca mas distinta, disse:

— *Estive outra vez naquele lugar lindo, mas não quero ir para lá sem ti. Não sabia que tinha de ir para lá sozinho.*

Em toda a minha vida, aquelas foram as palavras mais tristes e difíceis que alguma vez tive de escutar. Fiquei sentada sem fala, percebendo que, finalmente, os amigos e ajudantes espirituais do Lado de Lá tinham dado a terrível notícia ao meu marido de que ele tinha de ir para o país novo e lindo sozinho, deixando-me para trás. Ele tinha detestado sempre deixar-me — mesmo que por um dia! E agora tinha-lhe sido dito que devia deixar-me e fazer o seu lar sozinho, neste outro lugar.

De novo ele falou:

— *Quero ficar contigo. Estas outras pessoas são muito amáveis para comigo. São impecáveis comigo, mas não quero ir sozinho e deixar-te. Não posso ficar contigo, querida? Não quero ficar com eles sem ti.*

Eu não sabia o que dizer. As palavras vinham de forma suplicante dos seus lábios. A sua mão agarrava-se fracamente à minha. O seu rosto estava voltado para mim, com os olhos demasiado cansados para se abrirem bem, mas tentando arduamente olhar para o meu rosto e ler ali a resposta à sua pergunta.

Uma prece rápida e pungente disparou direto do meu coração, pedindo ajuda, orientação, sobre o que lhe deveria dizer. Ele estava a implorar pela minha garantia de que não seríamos separados, mas como poderia eu dizer-lhe uma mentira reconfortante? Uma mentira, nestas últimas horas solenes e sagradas?

As palavras da George Eliot vieram-me à mente:

Que coisa maior existe para duas almas humanas do que sentir que estão unidas para a vida — para se fortalecerem mutuamente em todo o trabalho, para descansarem uma na outra em toda a dor, para se assistirem uma à outra em todo o sofrimento, para serem uma com a outra em memórias silenciosas e indizíveis no momento da última partida?

Portanto, como poderia eu manchar essas memórias com evasivas ou com uma inverdade deliberada? A força e a coragem regressaram a mim e respondi:

— *Se tiveres de ir sozinho, lembra-te de que será apenas por um pouco de tempo. Um dia eu irei também e juntar-me-ei a ti; e, entretanto, tu serás capaz de te manter em contacto comigo, e eu tentarei continuar a viver aqui da maneira que tu desejarias. Agarra-te bem ao pensamento de que, mesmo que vás primeiro, eu seguir-te-ei mais tarde, quando quer que seja a altura certa.*

Ele não respondeu, nem voltou a referir-se ao assunto.

CAPÍTULO 9

AS ÚLTIMAS HORAS

Nessa mesma noite, sendo sábado, a Enfermeira estava de folga e tínhamos a ajuda de uma mulherzinha simpática que por vezes vinha para essa única noite de cada semana, para que eu pudesse descansar no andar de baixo. Vendo que o meu marido estava a dormir, deixei-o ao cuidado dela e desci para o meu escritório, onde uma cama temporária tinha sido preparada para mim. Despi-me e deitei-me na cama, mas não conseguia dormir. De forma bastante distinta, recebi a mais forte inspiração para me levantar e regressar para o meu marido — que o tempo dele era agora muito curto, pelo que eu devia aproveitar ao máximo cada minuto e ajudá-lo com tudo o que pudesse. Contra esta inspiração estava o facto de nos termos estado todos a preparar para a possibilidade de termos de esperar algum tempo mais,

devido ao seu estado físico mais facilitado. No entanto, por outro lado, sentíamos que poderia ser bastante breve, por causa da fraqueza acrescida.

Resisti ao impulso de me levantar novamente, lembrando-me de que ainda nesse dia a enfermeira me tinha implorado para descansar e "poupar-me para a altura em que realmente fizesse falta, e em que precisaria de toda a minha força"; mas, após alguns minutos de indecisão, surgiu de novo a inspiração, exatamente como se uma voz estivesse a falar dentro do meu cérebro, embora tivesse vindo de alguma outra fonte exterior.

— *Levanta-te. Vai para junto dele imediatamente; nós dir-te-emos como o ajudar.*

Por isso, vesti o meu roupão e dirigi-me diretamente para o quarto. Pedi à amiga que o assistia que descesse e descansasse um pouco enquanto eu cuidava do meu marido; a única razão que dei foi que não conseguia dormir. Algo surpreendida, ela obedeceu-me e eu fui deixada sozinha.

O meu marido dormia, mas não um sono muito fácil; era sobressaltado, como se interrompido por uma semiconsciência de desconforto físico. A sua respiração era irregular e laboriosa. Ajoelhei-me rapidamente e pedi que aqueles Ajudantes Espirituais que estavam ao nosso redor fossem autorizados a inspirar-me com o que quer que pudesse ser feito para o ajudar.

Ao levantar-me, lembrei-me de que o médico tinha nesse dia sugerido à enfermeira que ela poderia dar um clister ao paciente; não era uma instrução — apenas uma sugestão. A Enfermeira, sabendo como ele detestava isso, não lho tinha dado, pois não quisera perturbá-lo e preocupá-lo, especialmente por ser a sua noite semanal de "folga" e por saber que eu teria de lidar com qualquer situação desagradável que surgisse depois.

Além disso, como ele não tinha comido alimento sólido há alguns dias, parecia haver muito pouca necessidade disso. Agora, senti subitamente que tinha de lhe dar uma injeção, mas não um clister da

habitual água e sabão. Fui inspirada a arranjar um pouco de azeite e a aquecê-lo ligeiramente, e injetei cerca de um quarto de quarto de litro disto com uma seringa retal de vidro comum. Consegui isto sem problema algum e sem acordar o paciente. O resultado desta injeção foi notável e tive imenso trabalho a lidar com isso sozinha. Dir-se-ia que ele se tinha estado a alimentar de comida sólida em grandes quantidades até ao presente momento.

Devo mencionar aqui que, durante seis longos e penosos meses, ele tinha sido incapaz de se deitar de costas ou sobre o seu lado direito, devido a um grande caroço na parte inferior da sua coluna, ligeiramente para o lado direito. Tinha sido terrivelmente cansativo só ser capaz de descansar sobre o lado esquerdo durante todo este longo tempo. A menor pressão em qualquer outra direção, ou tentativa de se deitar em qualquer outra posição, causava-lhe uma agonia intolerável.

Senti as minhas mãos a serem puxadas em direção ao corpo dele e, quase antes de perceber o que era que tinha de fazer, estava a fazer passes ascendentes dos seus pés para a sua cabeça, ou melhor, para além da sua cabeça. As minhas mãos pareciam como se estivessem carregadas com uma espécie de corrente magnética, que aumentava à medida que eu repetia os passes, os quais consistiam meramente em colocar as minhas mãos, com as palmas para baixo, a algumas polegadas acima dos seus pés, e em movê-las de forma constante e rítmica sobre as pernas e o corpo, e diretamente sobre a sua cabeça.

No final de cada passe, eu "sacudia" os meus dedos numa direção afastada do corpo dele, como se estivesse a lançar algo para fora das pontas dos meus dedos. Mais tarde, aprendi que estes passes estavam a assistir o corpo etérico a deixar o corpo físico com mais facilidade. Este retira-se para cima, através da cabeça.

Enquanto eu completava os passes, o que levou apenas cerca de cinco minutos, notei que a respiração do meu marido se alterou. O som laborioso e doloroso cessou. Ele deu um suspiro profundo, aparentemente de alívio, e, para minha intensa surpresa, ergueu-se, como se possuísse a sua força normal plena, a partir do seu lado

esquerdo, e acomodou-se deliberadamente de costas, uma proeza que, como já expliquei, tinha sido impossível durante seis meses.

Fiquei tão contente! Foi um alívio tão grande vê-lo mais uma vez nesta posição natural; procurei ansiosamente pelo primeiro sinal de que a posição se estava a tornar dolorosa, mas nenhum surgiu. Ele apenas respirava fácil e pacificamente, e acordava a intervalos quando eu lhe dava goles de água e o sumo e polpa de uvas pretas doces, alternadamente.

Dali em diante, a sua condição foi de paz absoluta. Orei vezes sem conta para que ele não se referisse de novo à questão de ir sozinho para o Outro Lugar, e ele não a mencionou. Mal falou, mas sorria ligeiramente quando eu lhe dava o sumo de uva ou a água. Embora estivesse apenas semiconsciente, era evidente que necessitava de água. Mesmo quando ele parecia estar inconsciente, e eu estava um pouco nervosa quanto a se ele conseguiria engolir estando nessa condição, ainda assim persisti e dei a água, algumas gotas de cada vez, numa colher de chá, à qual podia sentir os seus lábios agarrarem-se avidamente, embora estivesse imóvel de qualquer outra forma.

Parecia que ele não conseguia obter o suficiente dela, e sinto-me convencida pelas minhas próprias experiências, e pelo que outras pessoas me contaram, de que os moribundos necessitam de água, mas são frequentemente incapazes fisicamente de a pedir. A água é a única coisa de que o corpo etérico pode fazer uso quando tenta libertar-se do físico com a aproximação da morte deste último.

O dia seguinte, um domingo, passou calmamente desta maneira. Um ou dois dos seus parentes vieram vê-lo, mas ficaram apenas por um curto período, pelo que fui capaz de manter pensamentos pacíficos e encorajadores sobre ele durante todo o tempo. As horas não se arrastavam; parecia que eu vivia metade na terra e metade noutro plano, onde sentia que estava a cooperar mentalmente com os Ajudantes Invisíveis que estavam no quarto, embora invisíveis.

Mantive os pés do meu paciente quentes com uma almofada elétrica quente, cuidadosamente regulada e embrulhada para que não

pudesse queimar ou tornar-se desconfortavelmente quente. O calor nos pés e uma frescura confortável (não frio ou corrente de ar) na cabeça parecem facilitar a retirada do corpo etérico, seja temporariamente durante o sono normal ou perto da Morte, mas especialmente neste último caso.

Mais tarde nessa noite, quando a Enfermeira entrou de serviço novamente, implorou-me para descer de novo e conseguir uma boa noite de sono, "de modo a reservar a minha força para quando ela fizesse falta", como novamente me lembrou.

Senti que o momento estava muito próximo para a passagem e, com muita relutância, desci e, tal como na noite anterior, não fiquei surpreendida por receber novamente a forte inspiração para regressar para o meu marido. Ele queria-me, estava certa disso. No entanto, hesitei; estaria eu a ser tola, a gastar a minha força desnecessariamente, como a Enfermeira dizia? Combati o impulso de regressar para junto dele durante mais de meia hora.

Depois, surgiu de novo com tanta força que já não lhe consegui resistir. Levantei-me e dirigi-me diretamente para o quarto do meu marido. Entrei muito silenciosamente, calçando chinelos macios. Ele não me podia ver, pois havia um grande biombo entre a porta e a cabeceira da cama, mas, para minha intensa surpresa, ele ergueu-se sobre um braço, quase numa posição sentada, e fez-me sinais urgentes para me aproximar dele. Disse o meu nome, de forma urgente, suplicante. Aproximei-me dele e disse:

— *Sim, estou aqui. Queres alguma coisa?*

Ele respondeu:

— *Sim, sim, diz-lhe — apontando na direção da enfermeira —, diz-lhe —*

— *O que lhe hei de dizer? — perguntei.*

Ainda mais urgentemente, quase freneticamente, com a voz rouca e forçada pelo esforço, ele disse de novo:

— *Diz-lhe — diz-lhe —*

A sua voz falhou, mas com a sua mão direita ainda estendida, fez um movimento circular no ar várias vezes. Depois, caiu para trás exausto, mas ainda consciente. Eu não conseguia imaginar o que seria aquilo que ele queria que eu dissesse à enfermeira, por isso limitei-me a dizer:

— *Não importa; o que quer que queiras, tu terás. Não te preocupes, eu adivinharei ou descobrirei em breve, sinto-me segura disso.*

Enquanto eu falava, a minha mão estendeu-se, por força do hábito, em direção à água de beber que estava na mesa perto da cama, e dei-lhe um pouco.

Ele bebeu e, imediatamente a seguir, soltou um suspiro profundo de satisfação, um longo "Ah—", e o olhar tenso e ansioso foi substituído por um sorriso de alívio. Dei-me conta, então, de que não tinha transmitido à Enfermeira a necessidade de pequenos goles constantes de água, e a explicação do movimento circular da sua mão surgiu-me subitamente; e lembrei-me de que, sempre que ele desejava uma certa caneca de beber com um bico que eu lhe tinha comprado recentemente, e de que era muito fácil beber em pequenas quantidades sem derramar, ele costumava dizer: — *Dá-me de beber na... tu sabes... a minha...* — e, de forma um pouco impaciente, descrevia esses círculos no ar com a mão.

Assim, percebi que, enquanto eu estivera no andar de baixo, ele tinha querido água e tinha feito estes gestos, os quais, naturalmente, não tinham transmitido nada à enfermeira. Por momentos, eu própria me esquecera do que significavam. Ele pensara que eu só tinha subido novamente por alguns momentos e tivera medo de que eu me fosse embora outra vez até de manhã, e de que ele não fosse capaz de obter a água de que tanto necessitava. Disse-lhe que não o ia deixar de modo algum e deitei-me pelo resto da noite num divã no quarto, mas não dormi.

Durante toda a noite, a Enfermeira e eu demos-lhe goles de água. Ela tinha receio de que ele não conseguisse engolir, mas senti que veria rapidamente quando se chegasse a esse ponto, e ela disse-me para arranjar um lenço de linho limpo, molhar uma pequena parte dele em água e deixá-lo sugá-lo, o que ele fez mais tarde no dia seguinte, quando o beber pela caneca com bico ou pela colher se tinha tornado obviamente impossível.

Tinha notado que a boca dele estava terrivelmente inflamada por dentro, pelo que misturei muito bem partes iguais de mel e glicerina, diluindo-as ligeiramente com um pouco de água, pois o tempo frio tinha tornado o mel muito espesso, e apliquei isto, com outro lenço de linho estendido sobre o meu dedo, no céu da boca dele e a toda a volta das suas gengivas. Isto foi um grande alívio para ele, bem o pude ver. É importante não usar panos comuns, por muito bonitos e limpos que possam estar, seja para limpar a boca ou para dar a água de beber, pois pequenos fios ou pedaços de algodão poderiam soltar-se na boca e causar um desconforto intenso.

Na maior parte do dia seguinte, ele aceitou a água e o sumo de uva. À tarde, a Enfermeira espreitou por precaução, mas viu o seu paciente a dormir pacificamente, pelo que se retirou novamente, tencionando regressar mais tarde ao anoitecer, como de costume. Pouco depois de ela sair, ele acordou e disse nitidamente:

— *Este é um lugar adorável* — e uma grande alegria espalhou-se pelo seu rosto. Sabia que ele tinha acabado de regressar do Outro Lugar novamente. Estas foram as últimas palavras reais que ele proferiu.

Uma das sobrinhas do meu marido entrou por volta das três horas e sentou-se a observar junto à sua cama enquanto eu me deitava no divã. Curiosamente, não estava cansada, embora não tivesse dormido há alguns dias, e muito pouco antes disso. Por volta das três e meia, preparámos um pouco de chá e assumi novamente o meu lugar habitual perto da cama. Servi o chá para a minha sobrinha e para mim, mas antes de terminarmos a primeira chávena, notei que uma mudança

quase impercetível, mas categórica, se tinha operado no meu marido. Na verdade, a mudança tinha entrado no quarto, não apenas sobre ele. O que é este estranho algo que tantas pessoas sentem justamente antes de a alma estar pronta para partir? Tangível, mas intangível. Misterioso, mas inequívoco e convincente na sua realidade.

Percebi que o momento tinha chegado. Sabia também que ele não queria ir e deixar-me. Falei-lhe de forma tranquila e suave. O constrangimento, esse estrangulamento em tantas das nossas expressões naturais de amor e simpatia, abandonou-me. Sabia que a sua sobrinha estava ao meu lado, mas sabia também que ela compreenderia.

Por isso, disse-lhe para ir de boa vontade e pacificamente para o "lugar lindo", onde estaria seguro e livre de toda a dor e desconforto — para ir alegremente com aqueles entes queridos que tinham passado pelo mesmo Portal; para ir para onde estaria mais perto de Deus em redobrada verdade, e para viver e esperar naquela terra linda que a misericórdia de Deus lhe tinha permitido visitar durante estes últimos dias tristes, mas maravilhosos — esse lugar que parece tão estranhamente familiar, o lugar onde veremos os rostos sorridentes dos Anjos "que amámos há muito e perdemos por um tempo", que o hino nos diz que se encontrarão connosco com a Alvorada — a alvorada de uma nova vida.

Não lhe disse nada de original ou brilhante; apenas as mesmas velhas e simples verdades que brotam das próprias profundezas do nosso ser quando enfrentamos os aspetos profundos e reais da existência.

Segurei a sua mão. Os seus traços relaxaram. Ele sorriu levemente e sem a menor dificuldade; nem sequer uma oscilação na sua respiração; esta simplesmente cessou. Ainda continuei sentada por um tempo, a encorajá-lo, dando-lhe conforto e esperança, para que ele não sentisse que o abandono real e definitivo do invólucro físico tinha feito qualquer diferença na minha consciência da sua existência. Isto, penso eu, é importante. É insensato derramar preces, conforto e amor

antes da passagem e, no momento em que esta ocorre, interromper abruptamente, sentindo "este é o fim". Poucas pessoas pensam realmente que o despojar do físico significa o fim da existência. É a ideia de que se chegou ao fim de um volume, e o seguinte é tão escrutinável e misterioso que é impossível penetrar mais além. Há coisas a fazer, coisas físicas e necessárias que têm de ser atendidas imediatamente. Portanto, prossegue-se com outros deveres físicos.

Isto está errado. Mesmo que o amor e o sentido de dever o motivem, está errado.

Os primeiros momentos imediatamente a seguir à dissolução deveriam ser tornados tão úteis para a alma que parte como foram os momentos que a precederam.

CAPÍTULO 10

O MEDO DE SER ENTERRADO VIVO

Por um pouco, devo deixar o lado pessoal da minha narrativa e referir-me a alguns aspetos importantes da morte e aos nossos métodos atuais de dispor do corpo físico.

As pessoas que estão exaustas por uma dor severa, ou que morrem em resultado de um acidente, ou que são inteiramente ignorantes quanto à possibilidade de sobrevivência, entram num estado de inconsciência ao deixarem o corpo físico. Provavelmente permanecem nesta condição enquanto os seus amigos as retiram do plano terrestre e por algum tempo depois. Outras podem estar conscientes enquanto e após desocuparem o físico, e olham para baixo para o que está a acontecer e para as pessoas que estão prestes a deixar. O desgosto excessivo — que é sempre o resultado da ignorância em relação aos factos da imortalidade — deve ser evitado, porque deve necessariamente agitar aquele que observa, impotente para aliviar até que ele próprio esteja estabelecido na sua nova condição, embora saiba que é a causa da própria dor que anseia mitigar.

Ele pode ser puxado de volta para o seu corpo terreno pelo seu desejo de ajudar. Lembrem-se de que o cordão de prata que liga o etérico ao físico ainda não está partido, e o comprimento deste cordão — ou, como o Sr. Hereward Carrington lhe chama, cabo astral — pode por vezes ser encurtado ou alongado à vontade.

Aqueles que se familiarizaram com todas as evidências e factos disponíveis relativos à sobrevivência, e que tentaram sistematicamente viver as suas vidas terrenas de acordo com a Lei Divina e os princípios de Verdade, Amor e Serviço, encontram-se frequentemente conscientes de tudo o que está a acontecer durante a transição real de um corpo para outro, e depois disso.

Contudo, não devemos esquecer que o corpo etérico está sujeito a certas leis mentais e físicas, tal como o corpo terreno está, e que uma morte súbita por acidente, por exemplo, pode dar ao corpo etérico um choque tal que o tornará inconsciente por um tempo, por muito evoluída e perfeita que a Alma individual possa ser. Esta sujeição a certas leis físicas apenas dura enquanto o cordão etérico estiver intacto. Pode haver alguns casos isolados em que a forma de morte, tal como ser desfeito em pedaços por uma granada ou outra explosão, o possa cortar imediatamente.

Não tenho dúvida alguma de que o corte de uma artéria deceparia o cordão e, se um corpo tivesse de ser enterrado ou cremado num curto espaço de tempo, ou antes que sinais definitivos de dissolução se tivessem mostrado, isso deveria ser sempre feito. Na verdade, iria ao ponto de sugerir que deveria ser feito em todos os casos, não imediatamente após a "morte", como lhe chamamos, ter aparentemente ocorrido (ou seja, quando a respiração cessa), mas no último momento possível, antes que os ritos finais de fixar a tampa do caixão, etc., tenham de ser realizados.

Na maioria dos casos de "morte por causas naturais", acredito que o cordão se desgasta gradualmente, tornando-se cada vez mais fino, à medida que a vida e a consciência individuais se estabelecem mais firmemente no corpo etérico. Habitualmente, por volta do terceiro ou

quarto dia após a morte (do ponto de vista médico) ter ocorrido, o cordão tornou-se tão atenuado que simplesmente parte o seu último fio fraco, e o que acontece depois disso ao corpo físico não afeta materialmente o homólogo etérico de modo algum.

Receio (e sei que corro o risco de suscitar uma boa dose de controvérsia) que os novos métodos agora em voga de manter um cadáver tão parecido com a vida quanto possível, a fim de o fazer parecer agradável e normal para os parentes enlutados, não sejam propícios a uma rutura precoce do cordão etérico. Qualquer que seja o método usado, se este for bem-sucedido em manter o corpo físico intacto, significa que uma certa quantidade da força etérica está a ser retida. Ora, o cordão etérico, ou cabo astral, é o meio usado para transportar a força vital para o corpo durante a sua existência terrena, e tudo o que conduza à retenção desta força após a morte deve necessariamente manter a existência do cordão etérico.

Não pode ser retido indefinidamente, é verdade. Provavelmente, só é possível retê-lo de todo por um período ligeiramente mais longo do que seria normalmente o caso, mas por muito curto que seja, aumenta o perigo de a alma estar ciente do que acontece na disposição do corpo físico, seja através do sepultamento ou da cremação.

Numa ocasião, vi um corpo que tinha sido obviamente "tratado" desta maneira e percebi — psiquicamente — que a alma ainda estava ligada a ele pelo cabo. Tomei medidas para garantir ficar sozinha com ele por um tempo e orei por ajuda e inspiração para que me fossem dadas para partir o cordão. Enquanto estava ajoelhada, senti a presença de certos seres desencarnados que estavam obviamente ali para ajudar, estando entre eles três homens que foram médicos quando na terra.

(Foi-me dito frequentemente que os médicos são naturalmente atraídos para o trabalho especial de assistir no nascimento do indivíduo para a Vida Espiritual, tal como tinham frequentemente ajudado novas vidas a nascer para a vida física; é em grande parte o

mesmo processo, o nascer para um novo estado de consciência, seja terreno ou etérico.)

Dirigi-me a estes três médicos pelo nome, dizendo-lhes que faria o que quer que eles me inspirassem a fazer.

Após esperar mais um momento ou dois, senti-me impelida a fazer os mesmos passes que tinha usado no caso do meu marido (antes de ele morrer) e, enquanto me concentrava firmemente em que o cordão fosse cortado, fiz vários passes ao longo do corpo (que jazia no caixão aberto pronto para o sepultamento no dia seguinte) dos pés em direção à cabeça, mas após os primeiros dois ou três movimentos, comecei-os instintivamente a partir de um ponto mais alto do que no caso do meu marido.

Encontrei-me inspirada a começar na região do plexo solar e continuei-os bem para lá da cabeça. Muitas autoridades afirmam que o corpo astral está unido pelo cordão à cabeça do corpo físico. Sim, penso que assim é, mas a partir de certas experiências minhas, acredito que existe também uma ligação de algum tipo (exatamente qual, ainda não compreendo) com o plexo solar. Nesta ocasião, fui fortemente inspirada a trabalhar entre o plexo solar e a cabeça, como se tivesse de limpar algo daquela região, e que tal limpeza facilitaria o corte do cordão no ponto onde se supõe que este se une à cabeça.

Após cerca de dez minutos nestas linhas, senti uma sensação de alívio, a qual fiquei muito contente por sentir, pois sabia que não conseguiria permanecer naquelas condições por mais tempo. Já adivinhava que estava a levantar alguma especulação nas mentes das pessoas quanto à minha visita um tanto longa, especialmente por eu ter feito um pedido para ser deixada sozinha com o corpo imediatamente após perceber que o cordão não estava partido.

Poucos dias mais tarde, através de uma fonte psíquica, recebi a confirmação de tudo o que tinha sido feito neste caso, e foi-me dito também que um ministro bem-conhecido, que tinha partido há muitos anos, cuja presença eu não tinha sentido, tinha também escutado o meu pedido de ajuda e tinha respondido imediatamente. O cordão

astral tinha sido quebrado, deixando a alma livre e imperturbável por tudo o que pudesse acontecer ao seu invólucro físico desencarnado.

Vários amigos contaram-me casos em que tiveram razões para suspeitar que o sepultamento ou a cremação tinham tido lugar antes de o cordão etérico ter sido cortado. Nas suas opiniões, tinha havido evidência convincente de que tinha sido esse o caso e, durante muitos anos depois, a ideia tinha-os perseguido e angustiado. Quer os seus medos fossem fundamentados em factos ou não, parece-me que um remédio óbvio e simples reside em fazer cortar uma artéria no dia anterior ao sepultamento ou à cremação.

Um amigo que é um médico eminente diz-me que é uma operação muito fácil e direta de realizar, pelo que parece haver pouca ou nenhuma razão para continuar a correr um risco tão horrível, por muito ligeiro que seja, de ser cremado ou enterrado vivo, por um lado, ou de os parentes suportarem o medo agonizante, mesmo que inteiramente infundado, de que pudesse ter sido assim. Qualquer cirurgião realizará este ato simples, que nenhum mal pode fazer se parecer não fazer bem, e aconselho toda a gente a deixar instruções, não nos seus testamentos, que são frequentemente deixados por ler até ser demasiado tarde, mas num lugar seguro, ou com alguém em quem se possa confiar para garantir que os seus desejos sejam fielmente cumpridos.

CAPÍTULO 11

A DOR COMO UM CAMINHO

PARA A ALEGRIA

Cedo aprendi que o meu marido pertencia às fileiras daqueles que estão imediatamente conscientes na sua nova condição. Isto deveu-se, sem dúvida, ao facto de, por um lado, o seu corpo etérico ter sido fortalecido pelo fornecimento contínuo de água de beber e, por outro, pela sua crença e conhecimento da sobrevivência no seu sentido pessoal e detalhado.

Cerca de duas horas ou pouco mais após ele ter partido, enquanto toda a gente estava no andar de baixo a preparar-se para a refeição da noite, regressei ao quarto do meu marido e ajoelhei-me ao lado da cama sobre a qual o seu corpo jazia. Foi o primeiro momento que tive sozinha com ele desde que o médico e a enfermeira tinham chegado, e fiquei contente com a oportunidade de orar para que ele fosse ajudado a progredir e a encontrar o seu lugar certo no Outro Mundo e para que, se fosse correto e útil para ambos, ele fosse autorizado a regressar para junto de mim algumas vezes. Enquanto estava ali ajoelhada, senti distintamente duas mãos sólidas colocadas suavemente sobre a minha cabeça. Elas seguraram a minha cabeça e aí permaneceram por vários minutos.

Não havia qualquer possibilidade de o sentimento se dever a algum distúrbio na circulação, em virtude da minha posição ajoelhada. Senti os dedos longos e estreitos estendidos de cada lado da parte superior da minha cabeça, e tive a certeza de que pertenciam às mãos do meu marido. Muitas vezes na sua vida terrena, quando eu estivera sentada numa cadeira, a ler ou a escrever, ele vinha por trás de mim e colocava as suas mãos na minha cabeça exatamente de uma tal maneira.

O toque foi extraordinariamente confortante. Passado um pouco levantei-me, fortalecida além de toda a medida, e dediquei-me às muitas tarefas que aguardavam para ser feitas.

Na manhã seguinte, dirigi-me à agência funerária local para organizar o funeral. Era algo que tinha de ser feito, e eu tinha decidido que faria tudo da forma mais normal e alegre possível, mas, apesar das minhas boas resoluções, mal conseguia evitar lembrar-me de que estava a realizar o primeiríssimo e último serviço que restava fazer pela parte física de alguém que me era tão próximo e querido, tal como incontáveis milhares de pessoas enlutadas devem sentir em tais circunstâncias.

Por isso, regressei um pouco desalentada, confesso. Os meus pés vacilavam à medida que me aproximava da entrada da minha casa.

Senti-me cansada, desanimada. Abri o portão e fechei-o mecanicamente, e avancei pelo caminho curvo que conduz à porta da frente.

A cerca de dois terços do caminho, vi o meu marido de pé à minha frente, um pouco para um dos lados do caminho. Ele tremia de emoção. O seu rosto estava iluminado pelo prazer e por um espanto alegre, como se estivesse ansioso por me falar das coisas maravilhosas que lhe tinham acontecido. Ele começou a dizer algo e depois, aparentemente, interrompeu-se e olhou para mim como se estivesse surpreendido por ver que eu tinha saído tão cedo no dia, e perguntou rapidamente:

— *Onde estiveste?*

Apanhada de surpresa pela natureza da pergunta, e pela constatação de que a minha resposta pareceria por necessidade estranha e antinatural para ele no seu estado atual de bem-estar alegre, gaguejei:

— *Fui ver o Sr...* — mencionando o agente funerário, a quem ele conhecia.

— *Para quê?* — perguntou ele.

De forma confusa e quase apologética, respondi:

— *Bem, tu sabes que algo tinha de ser feito em relação às coisas... em relação a livrarmo-nos do teu corpo.*

Ele pareceu tão perplexo com isto que me apressei a explicar um pouco mais, ainda de forma estúpida e apressada, porque a razão puramente material e "normal" que tinha de lhe dar parecia tão extraordinariamente fantástica e irreal face à realidade diante de mim.

À medida que eu explicava, o seu rosto aclarou-se. Afastando todo o assunto com impaciência, exclamou:

— *Oh, não te importes com esse velho corpo. Eu não quero a coisa, mas tenho tanto para te contar!*

E então algo se quebrou. A visão desapareceu, e eu fui deixada de pé no caminho de betão, com a bordadura de népetas (*erva-dos-gatos*) de cada lado, a olhar fixamente para o local onde ele estivera um segundo antes.

Desaparecida estava a minha depressão, e no seu lugar surgiu a determinação de "levar as coisas até ao fim" de uma forma que não o pudesse de modo algum angustiar, porque percebi que o meu querido tinha encontrado tal alegria no seu novo corpo saudável e no seu novo ambiente, qual quer que ele fosse, que seria egoísmo além de toda a medida eu pensar ou fazer algo que prejudicasse a sua felicidade, depois de todo o longo período de sofrimento que tinha experienciado na terra.

Ora, eu não sou clarividente com muita frequência, pelo que esta foi para mim uma experiência invulgar, bem como confortante. Conteí-a às sobrinhas do meu marido, e concordámos que realizaríamos o funeral e todos os assuntos a ele inerentes com tanta naturalidade como se fôssemos desfazer-nos de algumas roupas velhas e indesejadas que ele tivesse deixado ao nosso cuidado para serem descartadas.

Enquanto escrevo estas palavras, não posso deixar de sentir que estas reminiscências pessoais podem ser um tanto aborrecidas para algumas pessoas, mas não as posso evitar se cumprir a minha intenção original ao escrever este livro, que era a de procurar corroborar, em linguagem simples e quotidiana, a afirmação de São Paulo relativa à existência de dois corpos e ao papel que cada um deles desempenha na vida pessoal e na evolução do indivíduo.

Por isso não me desculparei, mas apenas vos relatarei, sem exagero ou omissão de qualquer detalhe útil, os factos que me convenceram além de qualquer sombra de dúvida da existência consciente imediata da alma do meu marido no corpo etérico, depois de esta ter descartado o invólucro físico. Se isto aconteceu ao meu marido, também aconteceu ao vosso, ou à vossa esposa, ou filho, pai ou mãe, ou qual quer que seja o parentesco daquele que partiu à frente

para essa região que para muitas pessoas é um lugar de mistério, um Desconhecido bastante aterrorizador. Sim, é o mistério da morte, e até daquilo a que chamamos "vida" (significando esse curto período de existência que é passado no plano terreno) que frequentemente nos apavora.

O Cónego Westcott escreveu:

Viver é difícil; e não há nenhum de nós, imagino, que não tenha sido tentado repetidas vezes a desesperar da vida quando ousou olhar para os seus mistérios escuros; mas, por outro lado, não há nenhum de nós que não tenha encontrado numa grande dor, num grande desapontamento, numa grande provação, um caminho para uma alegria inesperada.

Se aceitarmos a dor, ou a provação, ela guiar-nos-á de facto para uma melhor compreensão da vida como um todo. Eventualmente "ficaremos contentes por, durante um pouco, termos estado tão tristes".

Claro que muito antes de sofrer esta "perda" eu acreditava na verdade da sobrevivência e tinha tido muitas experiências interessantes que fundamentavam essa crença além de qualquer sombra de dúvida, mas quando parte alguém com quem se passou vinte e sete anos da vida, é uma rutura física, e quaisquer fenómenos que ocorram e que nos lembrem da sua existência continuada além do túmulo são mais impressionantes e valiosos do que quaisquer outras experiências que se tenham tido de uma forma mais geral, por mais fascinantes e interessantes que possam ter sido.

Provavelmente, uma quantidade de pessoas teve experiências mais marcantes do que as minhas, mas nem todas as contam ou escrevem sobre elas, pelo que não ficam a saber mais! Essa é uma das razões que me encoraja a falar das minhas, porque, como alguém (não tenho a certeza de quem) escreveu:

Para a casa da Verdade existe uma única porta, Que é a Experiência. Ensina melhor Aquele que sente os corações de todos os

homens no seu peito E conhece a sua força ou fraqueza através da sua própria.

Não posso pretender conhecer a força ou a fraqueza de todos os homens como a minha própria, mas talvez conheça uma boa parte do seu sentimento de dor e solidão "como o meu próprio", e isso faz-me ansiar por dar-lhes algo que os encoraje a realizar a verdade essencial das palavras: "Não há morte; o que parece sê-lo é a Transição".

CAPÍTULO 12

UMA EXPERIÊNCIA TERRÍVEL

O meu marido morreu numa segunda-feira. Cada dia entrávamos e saíamos do seu quarto com toda a naturalidade para tratar de tudo o que requeria atenção. Não escurecemos o quarto fechando as cortinas. As suas flores favoritas estavam ao seu lado e, de vez em quando, eu ia para o quarto por alguns minutos sozinha e enviava uma prece para o ajudar na sua nova vida.

Tinha organizado para que o seu corpo fosse colocado no caixão no último momento possível, já no final da tarde de quinta-feira. O funeral seria na sexta-feira, no Crematório de Golder's Green, porque na altura não existia nenhum local do género mais perto de nós. Além disso, o meu marido tinha mencionado uma vez que preferia a cremação ao sepultamento e que gostava do Crematório de Golder's Green porque, numa ocasião, tinha assistido a uma cremação ali e ficara agradavelmente impressionado com os arredores.

Foi uma longa viagem de automóvel — cerca de sessenta e cinco milhas. No único carro que seguia o veículo funerário iam as duas

sobrinhas do meu marido e um velho amigo. Cumprimos a nossa determinação de ser sensatas e alegres, e penso que nenhuma de nós derramou uma lágrima durante todo o dia. No caminho, tive um vislumbre clarividente do meu marido. Ele estava sentado num lugar vago da frente no carro. Se ele percebia então o propósito da nossa missão ou não, ou se o percebia, mas, sentindo-se feliz e satisfeito com a sua nova condição, não lhe atribuía grande importância na altura, não tive a certeza. Ele parecia certamente imperturbável, até alegre, como se pudéssemos estar a ir num dos nossos passeios de automóvel juntos, como nos velhos tempos.

Notei que ele vestia um sobretudo comprido e justo, com uma gola de veludo preto. Na altura, não conseguia imaginar por que razão ele estaria a usar um casaco tão antiquado, mas depois lembrei-me de que era um casaco que ele usava quando nos conhecemos pela primeira vez — há vinte e oito anos. Mais tarde, no Crematório, uma amiga que é ocasionalmente clarividente disse-me que conseguia ver o meu marido comigo e que ele vestia um casaco que ela descreveu minuciosamente, especialmente a gola de veludo preto, cada detalhe do qual era idêntico ao casaco que eu tinha visto. Ele tinha sido especialmente afeiçoado a ele e lamentava sempre o facto de nunca mais ter conseguido obter outro com tão bom assentamento.

Embora estivesse um tempo de inverno rigoroso, muitos queridos amigos tinham-se reunido para prestar as suas últimas homenagens a alguém de quem guardavam muitas memórias felizes. Suponho que cada um deles acreditava na sobrevivência, tal como o amigo, um ministro, que assumiu o serviço e proferiu uma alocução das mais inspiradas e prestáveis, a qual retirou todo o sentimento de dor ou depressão que qual quer das pessoas presentes pudesse estar a sentir.

Ora, devido a esta atmosfera alegre, estava totalmente desprevenida para algo que ocorreu durante o serviço e, para o caso de alguns dos meus leitores não terem assistido a uma cremação, devo explicar que, para o fim da cerimónia, o caixão, que repousa sobre uma espécie de estrado estreito com cerca de quatro pés de altura, desliza gradualmente em direcção a um par de portas, as quais estão

temporizadas para se abrirem no segundo exato em que o caixão as alcança. Quando o caixão passa por estas portas exteriores, um par interior abre-se e o caixão passa imediatamente para a câmara de cremação, fechando-se as portas exteriores atrás dele justamente antes de, ou no momento em que, as portas interiores se abrem para o receber.

Tendo assistido anteriormente a um serviço assim, estava perfeitamente preparada para esta parte dele e não lhe atribuía maior importância do que a qual quer outra parte dos procedimentos.

Penso que estávamos a cantar um hino quando chegou o momento de o caixão deslizar. Na verdade, eu não tinha notado que este começara a fazê-lo, mas no preciso segundo em que deve ter começado, fui acometida por um paroxismo violento na região do plexo solar; é difícil de descrever, porque nunca antes sentira nada de semelhante e espero nunca mais voltar a sentir. Foi como se uma mão gigante tivesse agarrado as minhas próprias entranhas e as estivesse a arrancar, juntamente com cada bocado de vida ou força que eu possuía.

Jamais o esquecerei. Não foi uma impressão mental de estar a ser agarrada por algo que puxava e arrancava a minha própria vida, mas uma sensação física real do tipo mais lancinante. Os meus órgãos internos pareciam como se estivessem a ser deslocados e puxados para fora das suas posições habituais.

Em pura agonia, mas sem saber como o justificar, olhei para cima e vi que o caixão tinha começado a mover-se e estava a cerca de um terço do seu caminho para as portas exteriores. Ainda assim, não associei de modo algum este facto ao terrível "arrancar" no meu corpo, mas à medida que o caixão avançava mais para perto das portas, o puxar e o arrastar internos no meu plexo solar pioravam. Senti que estava prestes a morrer. Ainda me lembro da sensação pavorosa.

Odiando cenas públicas, o pensamento reluziu-me na mente: "Espero não desmaiar, e não quero morrer aqui, mesmo assim — causará uma tal consternação e distúrbio".

Como me agarrei à consciência, não sei, mas justamente quando o caixão começou a desaparecer através do primeiro conjunto de portas, dei comigo a estender instintivamente a minha mão esquerda, não como seria de esperar, dadas as circunstâncias, para receber ajuda, mas para a dar. Aparentemente drenada como estava de cada onça de força, percebi que estava a falar com o meu marido, dizendo:

— *Agarra-te bem à minha mão — agarra-te bem.*

Por que razão dizia eu isto, não sei. Na altura, teria pensado que o meu extremo sofrimento físico impediria a minha mente de formar qual quer pensamento ou mensagem consciente, mas, como disse antes, o sentimento não era de modo algum mental, era inteiramente físico.

Poucos segundos depois de o caixão ter desaparecido por completo, a sensação terrível abandonou-me tão subitamente como tinha surgido, deixando-me com menos fraqueza e fadiga do que seria de esperar. Dei-me conta, então, de que o meu marido estava ao meu lado esquerdo, contra a parede, e segurava a minha mão esquerda, que continuava estendida.

Uma prece rápida e fervorosa por ajuda para ambos saiu das profundezas do meu ser, e fiquei consciente não apenas de um influxo imediato de calma e força em mim própria, mas, de alguma forma subtil, pressenti que o meu marido tinha também recebido ajuda no mesmo momento; o resto do dia senti-me perfeitamente normal e capaz de participar em tudo o que surgisse.

No dia seguinte, recebi uma carta de uma amiga que é muito psíquica e extremamente sensível às condições. Ela estivera sentada justamente atrás de mim durante o serviço e sentira exatamente os mesmos sintomas que eu, apenas num grau menor. Ela dizia que se sentira impressionada de que a cremação real, ou qual quer medo dela por parte do meu marido, não tinha tido qual quer influência no

assunto, e dava uma explicação que confirmava em parte uma que já tinha sido recebida por mim, a qual era a seguinte:

Porque o meu marido tinha visitado os "lugares lindos" antes da sua morte e, até certo ponto, se tinha habituado a funcionar no seu corpo etérico, o qual considerava agradavelmente livre das dores e achaques que por tanto tempo tinham atormentado o seu corpo físico, ele não tinha fixado o pensamento no facto de este último ser a única ligação física objetiva que o vinculava a mim e ao nosso lar e arredores terrenos. Exceto por aquela única vez — dois dias antes da sua passagem — em que disse que "não queria ir sem mim", ele estivera tão encantado com a beleza dos lugares que tinha visitado, que a tremenda mudança nas suas e nas minhas relações mútuas, o facto de que sem a mediação do seu corpo físico ele não podia falar comigo à vontade e partilhar as minhas experiências diárias, e todas as outras mundanas mas felizes e tangíveis evidências de pertença que tornam a existência física um estado pleno e harmonioso — todas estas considerações até então importantes tinham sido ignoradas ou negligenciadas.

Ele tinha-me visitado no meu quarto, tinha-se encontrado comigo no caminho do jardim, mas foi apenas ao ver a urna que continha o seu corpo físico descartado a mover-se em direção à câmara crematória que percebeu que este — o seu corpo — tinha sido o canal, o veículo através do qual ele se tinha expressado para mim, e eu para ele, por todos os muitos anos que tínhamos vivido juntos.

A constatação tinha-lhe chegado como um grande choque justamente quando o caixão começou a mover-se. Ele sentiu um impulso selvagem de "ir atrás dele", de o parar, e, como tinha feito sempre em assuntos de urgência na sua vida terrena, tinha-se voltado para mim, implorando-me que o ajudasse.

O seu corpo etérico tinha "puxado" pelo meu, de forma tão súbita e forte que o meu corpo etérico ficou parcialmente dissociado do meu corpo físico num espaço de tempo anormalmente curto, o que me afetou internamente. (Na verdade, sinto-me inclinada a pensar que,

sob certas condições invulgares, o etérico pode realmente deixar o físico temporariamente por via do plexo solar, embora a maioria das autoridades no assunto defenda que este sai sempre pela cabeça.) Posso estar enganada. Uma explicação alternativa pode ser que, numa dissociação súbita como esta, o corpo etérico pode "puxar" pelo plexo solar, embora saia realmente pela cabeça.

Tudo isto teve lugar numa questão de segundos — não mais do que um minuto, julgo eu. Assim que ele percebeu a indesejabilidade, bem como o absurdo de interferir com um método perfeitamente natural e sensato para se livrar de algo que já não tinha qualquer utilidade para ele, algo de que estava realmente grato por se ver livre, recompôs-se e, agarrando a minha mão física com a sua mão etérica, juntou-se ao apelo urgente por ajuda que foi arrancado de ambos no mesmo momento.

Ele também pareceu recuperar do choque tão rapidamente como eu, e não ouvi falar mais sobre o assunto desde essa altura. Se obtive a explicação correta ou não, se existe uma hipótese alternativa que pareceria ser mais viável do que a minha ou a da minha amiga, não sei. Não ouvi falar de nenhuma até agora.

Seja como for, foi uma experiência muito estranha e, ao mesmo tempo, pungente.

CAPÍTULO 13

"QUANDO O ATAQUE DE MELANCOLIA SURGIR"

Não serão os dias imediatamente a seguir ao funeral estranhos, monótonos e sem esperança? Sentimo-nos "nem cá nem lá", não

pertencemos nem ao ontem nem ao amanhã. Na verdade, o ontem pode estar cheio de memórias tristes, e o amanhã... bem, o amanhã não dá para pensar.

Para os enlutados, todos os amanhãs que se encontram pela frente estendem-se numa longa e interminável cadeia de desesperança e solidão. Amanhã? Não, não dá para pensar. O ontem já é suficientemente mau, mas o amanhã...

Por isso voltamo-nos frequentemente para trás nos nossos pensamentos e navegamos numa espécie de existência meio morta, meio viva no passado, o passado que tem pelo menos as suas memórias; mas o futuro — quem sabe? —, voltará alguma vez a conter qualquer experiência que possamos partilhar com o ente querido "perdido"? Qualquer coisa que possamos voltar a fazer juntos que se torne, por sua vez, numa memória feliz?

Dizer que senti uma desolação tal como a que deve chegar a algumas pessoas seria um exagero. Eu tinha o grande privilégio de saber que a Morte é apenas um lado da porta, e que a Vida Eterna está do outro; mas, ai de mim, enquanto funcionamos num mundo físico, reagimos frequentemente de forma errada às muitas condições difíceis e deprimentes que nos podem confrontar na rotina diária da vida terrena.

O Keats disse:

E quando o ataque de melancolia surgir
Súbito do Céu como uma nuvem rasteira,
Alimenta então a tua dor numa rosa matinal,
Ou no arco-íris da onda da areia salgada,
Ou na riqueza das flores globosas.

Foi escassos dias após o funeral, e quando as coisas tinham começado a entrar novamente na sua rotina habitual, que tive o meu primeiro — e pior — "ataque de melancolia".

Estava de pé na minha pequena estufa, voltada para uma caixa de plântulas superlotadas, que clamavam obviamente por mais espaço.

Espátula na mão, dispus-me a envasar cuidadosamente cada planta semissufocada, quando o ataque abateu-se sobre mim, exatamente como o Keats colocou: "súbito do Céu como uma nuvem rasteira". Dela brotou o pensamento devastador:

"Que utilidade tem fazer isto? Ele nunca o notará agora... ou notará? Ele vive, eu sei, mas estará ele interessado em tarefas tão simples e caseiras como estas? Metade do meu prazer anterior ao realizá-las era porque antecipava o seu interesse ávido e a sua aprovação pelos resultados dos meus esforços. Agora, que utilidade tem."

Fiquei então apavorada com o pensamento de que nunca mais poderia contar com o partilhar todos estes interesses com ele, em qualquer momento do dia que desejasse, como fizera no passado.

Muito subitamente, ouvi uma voz ao meu lado. Reconheci-a como sendo a do meu marido. De forma tranquila mas firme, disse:

— *Escuta. Tu tens de continuar a viver. Não podes cessar de viver, pois não? Então enfrenta-o e vive-o o melhor que possivelmente consegues. Faz tudo bem. Até este envasar; é um exemplo. Não te esqueças. Tu deves viver, por isso vive bem.*

A verdade nua e óbvia disto impressionou-me. Recompus-me. Nunca mais desde então senti a "nuvem rasteira" na mesma escala. Assim que vejo o menor sinal da sua aproximação, lembro-me das palavras que ouvi na estufa.

Sendo fevereiro, não havia rosas matinais nas quais "alimentar a minha dor", mas havia alguns botões nas amendoeiras e algumas prímulas tardias a mostrarem rostos corajosos apesar do frio intenso. Sim, a natureza é uma curadora, e o meu conselho a qualquer alma enlutada que esteja em posição de o fazer é o de procurar consolação nela — nos bosques e nos campos, num jardim se houver um, ou até numa planta de interior. As árvores, as plantas e todas as coisas vivas podem ajudar-nos, e ajudam-me, a dar um passo em frente do desespero em direção à esperança. Tudo, por muito humilde que seja, que contribua para esse fim, deveria ser procurado.

Tenho considerado que as jarras de flores nas quais a água é mudada regularmente, e as plantas em crescimento, são úteis para os nossos corpos etéricos, independentemente de todo o estímulo mental que obtemos do seu apelo estético para o nosso próprio sentido de beleza. Elas são realmente dadoras de vida, e sinto-me segura de que a sua presença alimenta o corpo etérico até certo ponto, e torna mais fácil para este expressar-se ou funcionar de qual quer maneira que a mente o esteja a direcionar para o fazer.

Dizem-nos que a presença de flores ou plantas num quarto é má, porque "elas consomem o oxigénio". Quer o façam quer não, pessoalmente considerei-as de grande ajuda em todas as experiências espirituais e psíquicas, e derivei delas um sentimento de bem-estar físico. Isto pode ser, naturalmente, apenas um resultado indireto do benefício espiritual e psíquico delas derivado.

Não desdenhemos a ajuda das coisas mais humildes que nos auxiliam a prosseguir com aquelas tarefas que têm de ser feitas, por muito pequenas e triviais que nos possam parecer a nós, que continuamos sob a borda da "nuvem rasteira" da dor.

As pequenas coisas! A vida é feita delas. O amor, a felicidade, a própria sanidade repousam nelas. Quão verdadeiras são as palavras do Coolidge:

Um ponto vertido enquanto o tecelão movia A sua lançadeira ágil
para cá e para lá, Para dentro e para fora, por baixo, por cima, Até que
o padrão parecia brotar e crescer, Como se as fadas tivessem estado a
ajudar. And o pequeno ponto vertido puxou o ponto seguinte para
fora, E um lugar fraco foi deixado no tecido forte, E um padrão
perfeito foi arruinado para sempre

Por um pequeno ponto que foi vertido naquele dia.
Uma pequena vida no grande plano de Deus,
Quão fútil parece à medida que os séculos rolam,
Faça o que fizer, ou esforce-se como puder,
Alterar o alcance do todo infinito!
Um único ponto numa teia interminável;

Uma gota no fluxo e refluxo do oceano;
Mas o padrão rasga-se onde o ponto se perde,
Ou corrompe-se onde os fios emaranhados se cruzaram;
E cada vida que falha a verdadeira intenção
Arruína o plano perfeito que o seu Mestre pretendeu.

Não peço desculpa por escrever neste tom muito pessoal sobre as minhas próprias dores privadas e as suas dificuldades acompanhantes. Não são elas comuns a todos nós? E se alguns de nós encontram uma forma de as aliviar para si próprios, não deveremos passar o nosso conhecimento para os outros, por muito trivial e comum que possa parecer? Escrevem-se volumes sobre as experiências das pessoas em viagens, regimes alimentares, acampamentos e um milhar e um assuntos.

A menos que se reconheça o valor das nossas próprias experiências e se relatem as mesmas, não se pode dar a mais ninguém o benefício delas. Poucos, na verdade, são os que escaparam à dor e ao sofrimento. Poderíamos perder muito mais se perdêssemos a dor, ou o poder de registrar a dor. Podemos realizar a paz a menos que tenhamos experienciado primeiro a dor?

Li algures que "a vida é dor, e a dor é purificação, e após a purificação vem a paz".

"Graças a Deus, que nos dá a vitória".

A vitória sobre o quê? A vitória sobre o eu, sobre a dor, sobre tudo o que impede a perfeição e mantém a alma na sua baixa prisão de desejos pessoais.

Portanto, retiremos todo o conforto que pudermos da natureza e do ato de realizar esses pequenos atos que podem ajudar os outros ao longo dos seus caminhos, mas, acima de tudo, lembrando que na oração encontraremos o nosso consolo supremo. Os auxílios materiais, tais como as belezas da natureza, até o serviço diário para com os outros, são apenas gessos para as nossas feridas. Mas a oração, que é a

cooperação consciente com Deus, põe em movimento o poder de cura real, interior e vital.

"Orando em todo o tempo com toda a oração e súplica no Espírito", mas não orando como se tivéssemos de sitiar a Deus — para lhe amolecer o coração para connosco — ou para vencer alguma relutância da Sua parte em ajudar-nos, o que é impensável, mas lembrando que a oração é a nossa maior ligação tangível com Deus.

Aqui estamos nós, e ali está Deus. A ligação d'Ele está lá, mas onde está a nossa?

Sempre que consideramos imperativo acoplar duas partes necessárias de algo a fim de as transformar num todo ou numa combinação perfeita, fixamos uma ligação ou ponto de acoplamento em cada parte.

Acoplamos uma carruagem a uma locomotiva. O ferrolho na porta é inútil sem a sua ranhura correspondente na ombreira.

Diante de mim jaz um relógio e uma corrente; no relógio uma argola que se prende a uma ligação na corrente.

E isto é a oração; a ligação entre nós e Deus. Através da oração estamos a manter o nosso apego ao poder d'Ele e à Sua vontade para nos ajudar. Também na oração elevamo-nos para um plano espiritual e mental mais alto, e nesse plano aquele que partiu pode encontrar-se connosco e juntar-se a nós no nosso convívio com Deus. Será para nossa vantagem mútua, estou certa disso. O hábito da oração guiar-nos-á para o hábito da meditação, ou deveria fazê-lo.

Não se precipitem para a oração — não a sibil

em rapidamente, como se tivessem entrado a correr numa estação de correios e estivessem a rabiscar apressadamente um telegrama em lugar daquela carta mais longa para a qual deveriam ter encontrado tempo para escrever, e não encontraram. Por outro lado, não expliquem demasiado, não pormenorizem, não se detenham em detalhes tediosos. Percebam o que é que sentem e expressem-no da forma mais simples e direta que conseguirem. O que quer que seja

para o qual não consigam encontrar palavras, Deus compreenderá. Ele encontrá-las-á no vosso coração, se estiverem genuinamente a procurar dar a vós próprios a oportunidade de falar com Deus.

Após a oração, se as circunstâncias o permitirem (e façam o vosso máximo para as ajudar a ajustarem-se às vossas necessidades espirituais; não ajustem sempre estas últimas às vossas condições materiais como uma espécie de contrapeso que se podem dar ao luxo de dispensar), sentem-se quietamente com a mente aberta para Deus, para a Sua orientação, a qual virá sem questionar. Ao início podem não estar cientes dela, mas gradualmente perceberão que pensamentos vindos de fora — pensamentos de uma natureza edificante e prestável — estão a flutuar para a vossa mente — de lugar nenhum, podem pensar, mas lugar nenhum, neste caso, significa Deus.

Felizmente para mim própria, tinha formado o hábito de procurar orientação desta maneira, pelo que cedo me tornei consciente de que me estava a ser dada ajuda de uma Fonte Mais Elevada, a fim de que eu pudesse continuar e realizar o meu trabalho e deveres diários da forma mais eficiente possível.

Sentia-me segura de que o meu marido seria capaz, de tempos a tempos (não o tempo todo; apenas os espíritos apegados à terra são propensos a fazer isso), de me contactar; ver-me, ouvir-me, saber algo do que eu poderia estar a fazer e a sentir. Tudo isto dei como garantido e simplesmente decidi viver, falar e pensar de uma tal maneira que o ajudasse e tranquilizasse no que respeitava à minha própria vida.

Mas outro impulso, muito mais importante, dominava-me. Eu tenho de saber onde ele está; segui-lo para o seu novo território, mesmo que seja apenas para um vislumbre de um momento. Mas tenho de o fazer — eu tenho.

CAPÍTULO 14

QUEM NÃO ARRISCA, NÃO PETISCA

Em algumas ocasiões, embora muitas vezes com longos intervalos de permeio, eu tinha feito excursões astrais ao Outro Mundo. Até então, tinham acontecido sempre inesperadamente. Descrevi-as num livro chamado "A Minha Vida em Dois Mundos", pelo que não as repetirei aqui. Por muito maravilhosamente convincentes que tivessem sido para mim, provando além de qualquer sombra de dúvida que existe outro mundo e outra vida à nossa espera além do túmulo, eu não tinha estado consciente do desejo intenso por tais experiências como o que agora possuía — ou talvez devesse dizer, que me possuía!

E estava destinada a descobrir que a ansiedade extrema para penetrar nas condições dessa Outra Vida derrota o seu próprio objetivo. Mas eu estava determinada a ser bem-sucedida, e sinto que um registo das minhas tentativas e subsequentes fracassos e sucessos será útil para outros que sintam esse impulso tremendo de saber o que aconteceu àquele que partiu para a "terra das sombras", ou para o "Grande Desconhecido", como este continua a ser para um grande número de pessoas.

Uma questão de tremenda importância surge neste ponto. Sinto que muitos podem desejar fazer o esforço e descobrir o que reside além da Morte, mas são travados pelo pensamento: "Será correto fazê-lo?".

Tudo depende do vosso objetivo e do uso que fazem do vosso conhecimento. Se estas experiências vos ajudam a ajudar-vos a vós próprios, e depois vos ajudam a ajudar os outros na sua perplexidade e dor, sim, seguramente que é tudo para o bem, como costumamos dizer.

Existem perigos? Sim — deveria pensar que sim —, tal como existem perigos que assaltam os esforços de toda a gente que faz algo de qual quer importância na vida diária comum na Terra. A aviação, a condução, a investigação química, a natação, apenas para mencionar

alguns, estão eivadas de grande perigo, mas isso não nos dissuade de participar em tais atividades.

Penso que pode bem ser a melhor coisa para nós sermos capazes de contactar os Outros e Mais Elevados Planos por nós próprios, e encontrarmo-nos com os nossos amigos ali no seu próprio território, por assim dizer, do que esperar que eles se encontrem connosco "a meio do caminho" e sejam compelidos a visitar-nos no nosso plano mais baixo; mas devemos lembrar-nos de que o visitar o deles significaria uma certa quantidade de autodisciplina física, mental e espiritual.

A vida no plano terreno não nos torna fácil o criar tais condições em nós e ao nosso redor que nos capacitassem a ser bem-sucedidos frequentemente nas nossas tentativas de viajar para esses Planos Mais Elevados. Portanto, é confortante saber que os nossos amigos que passaram além do véu podem visitar-nos, e visitam-me, de tempos a tempos.

Não teve o nosso Senhor Ele próprio piedade daqueles que O amavam e choravam por Ele e, quando os visitou, falou-lhes e tocou-lhes, e foi tocado por eles? Não criou Ele um precedente ao realizar o que realizou? Acima de tudo, mostrou a Sua intensa simpatia com o desgosto e, como Ele continua a viver e a sentir por nós, assim compreenderá os nossos desgostos pelos nossos entes queridos, e rejubilará se formos bem-sucedidos nos nossos esforços para encontrar "esses rostos de anjos que amámos e perdemos por um tempo".

Isto é, sinto-o, uma solução para um problema que frequentemente apoquentava a mente do cristão, embora ele, de todos os homens, devesse saber a resposta.

O J. M. Gibbon disse:

A presença de grandes questões dá esperança de que estamos na vizinhança de grandes respostas e de que, assim como o "quando eu era criança" mudou lenta mas seguramente para o "agora que sou homem", assim o "agora vemos num espelho de forma escura" mudará

também — está, de facto, a cada momento a mudar — para o "então face a face", os nossos rostos voltados para cima e maravilhados, molhados e radiantes também com lágrimas felizes; pois se uma vez Ele chorou com os que choravam, porque tinham perdido, manter-se-á também em ditosa simpatia com os que choram porque encontraram.

Existem três formas diferentes através das quais podemos contactar aqueles que partiram, e existem três locais ou planos diferentes nos quais nos podemos encontrar com eles.

Quando uso a palavra encontrar, quero transmitir a ideia de estar realmente no mesmo plano com eles e a funcionar no mesmo tipo de corpo pelo tempo que durar a experiência. Isto é completamente diferente do contactar psiquicamente o Mundo Espiritual através da faculdade da Clarividência ou da Clarividência Auditiva. Podemos ir a uma sessão de materialização e ver ali uma manifestação do "morto" construída a partir dos materiais ectoplasmáticos retirados maioritariamente do corpo do médium, e provavelmente aumentados pelos assistentes.

Quero traçar uma linha de demarcação muito clara entre estes dois métodos e o poder de projetar o corpo etérico que todos possuímos em algum grau, e que poderíamos possuir em maior medida se tivéssemos o tempo e a vontade para praticar o ato de o fazer.

Neste livro não me referirei à projeção do etérico com o propósito de viajar nas condições terrenas. Muitas pessoas experienciaram a sensação de se encontrarem a flutuar acima e a olhar para baixo para o seu corpo físico. Através de uma prática persistente, elas consideram que podem viajar para outros locais na terra, testemunhar certos acontecimentos, regressar com uma memória clara do que aconteceu e, investigações subsequentes provaram que estavam corretas nos seus relatos sobre o que viram ou ouviram.

O meu objetivo principal prende-se com provar que é possível viajar para planos mais elevados e contactar esses amigos que passaram para o Além, e devo confessar que existe um sentimento

muito pessoal na base do meu desejo de apresentar o assunto sob esta luz particular, porque após o falecimento do meu marido senti que tinha de descobrir tudo o que possivelmente conseguisse quanto a como ele estava e onde ele estava.

Como disse, existem três métodos distintos de contacto através do funcionamento astral — ou etérico. Primeiro — os "mortos" podem visitar-nos no plano terreno nos seus corpos etéricos, mas é mais fácil para nós vê-los quando o fazem se nós próprios estivermos a funcionar nos nossos corpos etéricos ao mesmo tempo. Isto, considero eu, pode acontecer e acontece frequentemente. O corpo etérico de alguém consegue "mover-se para fora" do físico; pode ser apenas algumas polegadas, mas é justamente o suficiente para nos permitir estar cientes de e contactar o visitante etérico da Outra Esfera.

Isto ocorre habitualmente quando acabámos de começar a adormecer ou à medida que estamos a acordar do sono. Em qual quer dos casos temos de emergir de uma condição de sono, por muito superficial e leve que possa ser no primeiro caso, ou profunda como no último. Parece-me que o cérebro físico deve estar ou a dormir ou extremamente passivo a fim de permitir que o corpo etérico se mova para fora do físico. Entre as pessoas ocidentais não é habitual encontrar indivíduos que se consigam tornar suficientemente passivos enquanto permanecem acordados.

O sono real pode ser de apenas alguns minutos de duração; por vezes parece que a pessoa apenas flutuou além da borda do sono, mas durante esse tempo conseguiu exteriorizar o corpo etérico. A consciência pode operar muito rapidamente no etérico e, à medida que se move para fora do corpo físico, torna-se quase imediatamente ciente de qual quer visitante astral que esteja presente no quarto. A fim de registar este conhecimento no cérebro físico, a consciência move o corpo etérico de regresso ao físico tão expedita e quietamente quanto consegue e, num caso assim, as nossas mentes transferem a impressão do que sentimos ou vemos no nosso corpo etérico para o nosso corpo físico. Infelizmente, uma tal experiência dura habitualmente por um período de tempo muito curto, por causa do

esforço feito pela mente ao registar as suas impressões no cérebro físico.

Se não ficarmos assustados ou perturbados pela experiência ao acordar, existe a possibilidade de que esta continue por um breve período e de que agora, enquanto perfeitamente acordados no corpo físico, sejamos capazes de ver e ouvir o que tem lugar no astral. Quantos de nós tiveram a experiência de acordar e continuar a pensar que estavam a sonhar, embora pudessem ver os seus arredores materiais com os olhos físicos? Durante esta experiência notar-se-á frequentemente que uma condição cataléptica prevalece durante toda a duração do fenómeno.

Muitas pessoas imaginam este estado cataléptico como fazendo parte de um pesadelo do qual acordaram, especialmente se, como tão frequentemente acontece, a subconsciência lançou para a mente consciente algum incidente há muito esquecido que causou medo ou dor no passado, ou até um medo recalcado que não tem fundamento real em factos (tanto quanto nos lembramos) possa ser responsável por uma imagem mental ser lançada no ecrã da nossa mente no exato momento em que nos tornamos conscientes de novo no corpo físico. Se isto acontecer, esta falsa imagem mental pode erradicar a totalidade da experiência etérica e empurrar-se para a frente na consciência de forma tão vívida que é aceite como a substância real da nossa projeção astral, a qual descartamos desapontados das nossas mentes sob a impressão de que tivemos um sonho ou pesadelo muito desagradável, que nos manteve sob o seu domínio "mesmo depois de termos acordado!".

CAPÍTULO 15

O MUNDO INTERMÉDIO

Uma segunda forma de contactar com "Eles" é através do encontro numa espécie de local "intermédio" ou intermediário. Parece-me que este local (ou talvez "condição de ser" seja uma melhor descrição) fica de facto exatamente a meio do caminho entre a terra e

o mundo etérico. É um meio-mundo. Nele parecemos estar apenas meio acordados, e tenho um forte sentimento de que "Eles" (e quando menciono "Eles" ou "Os" quero que compreendam que me refiro àqueles que passaram permanentemente para o Mundo Etérico) entraram eles próprios no estado de sono, ou num estado semiconsciente, a fim de se encontrarem connosco novamente. Sou impelida a usar o termo — "meio do caminho".

Este nem sempre é um método satisfatório para qual quer das partes, e resulta habitualmente do desejo intenso mantido por duas pessoas que foram recentemente separadas pela morte de contactarem uma com a outra a todo o custo, sob qual quer condições. Esta impaciência natural precipita um encontro sob as únicas circunstâncias que são possíveis até que uma ou ambas tenham progredido para a etapa em que se possam encontrar sob condições mais felizes.

Este estado intermédio é muito afetado, se não totalmente governado por, sugestões subconscientes vindas da mente daquele que continua a viver no corpo físico.

O terceiro método conduz à experiência mais maravilhosa que pode acontecer a qual quer ser humano, penso eu. Significa que a pessoa vai, no seu corpo etérico, ao plano real onde ele ou ela a quem procuramos habita verdadeiramente, e que se traz de volta uma memória completa e perfeita de tudo o que se viu ou ouviu "do Lado de Lá". Qualquer pessoa que tenha sido bem-sucedida a fazer isto perceberá de facto que os "Anjos afastaram as pedras". Nada pode apagar ou sequer obscurecer a memória de uma experiência tão gloriosa.

Por muitos anos anteriores à morte do meu marido, eu tinha percebido a possibilidade de visitar os Planos Espirituais da Vida e orei arduamente para que, se estivesse de acordo com a vontade de Deus (e apenas nessa altura), me fosse permitido ver o lugar onde o meu marido habitava agora, os seus arredores e ele próprio neles; para o ver no seu cenário natural, por assim dizer.

Percebi que poderia ter de esperar algum tempo para que isto acontecesse e que alguma preparação especial poderia ser necessária a fim de eu empreender uma viagem astral tão maravilhosa.

Quando acontece espontaneamente, a pessoa pode não estar ciente das muitas causas que contribuíram para o seu sucesso. É-se propenso a olhar para isso como algo que aconteceu acidentalmente (o que quer que isso possa significar), porque aconteceu inesperadamente! De tudo o que conduziu a isso a pessoa pode estar totalmente inconsciente, mas quando se está a tentar conscientemente provocar algum resultado definido em algo, quer seja projeção astral, música, pintura, canto, química ou qual quer outra coisa, tem-se habitualmente de abordar o nosso fim através de muitos passos ou métodos muito definidos.

Por isso parti na minha busca fortalecida com um certo conhecimento da possibilidade dos muitos fracassos e dificuldades que se poderiam abater sobre mim antes de alcançar o meu objetivo. Mesmo assim, não estava completamente preparada para a natureza de alguns dos fenómenos que aconteceram.

Várias semanas se passaram após a morte do meu marido e eu parecia não alcançar sucesso em visitá-lo, até à noite de sábado, 23 de março de 1935, quando me recolhi à cama por volta da hora habitual e adormeci bastante cedo.

Comecei a sonhar com algo; o tipo habitual de mistura de imaginação e memórias subconscientes. É importante perceber que um sonho que é apenas um sonho funde-se frequentemente numa verdadeira experiência astral e, ao emergir desta última, passa-se frequentemente pelo estado de sonho novamente antes de acordar. De facto, o estado de sonho é uma espécie de portal para dentro — e para fora — da verdadeira experiência astral. Com uma certa quantidade de prática, a pessoa é capaz de distinguir a diferença entre o sonho e a condição "verdadeira". No astral sabe-se quase sempre que se está a ter uma experiência "fora do corpo". Tudo acontece de uma maneira clara, ordenada e consistente, ao passo que a maioria dos sonhos

consiste num amálgama fantástico de cenários e acontecimentos nos quais se salta precipitadamente de um cenário para outro, realizando todo o tipo de proezas impossíveis.

Não me lembrava do que sonhei nesta noite particular, mas emergi subitamente disso para uma condição diferente. Percebi que estava no astral, mas senti a certeza de que não estava no plano etérico onde o meu marido estaria a viver. Deduzi que estava num dos locais "intermédios". Não conseguia ver a paisagem distante; apenas os arredores próximos me eram visíveis. Fora deste raio parecia haver uma espécie de névoa acinzentada. Notei isto vagamente, porque toda a minha atenção estava fixada no meu marido, que se encontrava diante de mim olhando de modo um pouco vago para a sua frente. Ele parecia estar meio acordado. Movi-me rapidamente em direção a ele e beijei-o nos lábios. Ele sobressaltou-se ligeiramente e olhou para mim como se estivesse muito surpreendido por me ver.

Esta expressão desvaneceu-se rapidamente e uma de alívio e alegria tomou o seu lugar, e ele retribuiu o meu beijo várias vezes. Enquanto ele o fazia, lembrei-me de que já tinha estado neste mesmo lugar uma vez antes desde o seu falecimento, mas que me devia ter esquecido ao acordar. Durante essa visita anterior ele estivera menos acordado e eu tinha olhado para ele com alguma consternação, perguntando-me se lhe deveria falar ou não. Dar-lhe-ia um choque? Uma voz pertencente a alguém fora da minha área de visibilidade falou e disse: — *Podes beijá-lo.* — Fi-lo uma vez, mas ele pareceu não estar ciente disso e eu tinha perdido imediatamente o controlo e tinha-me retirado para a minha condição física.

Frequentemente, quando se está a funcionar no mundo etérico, a pessoa lembra-se de já lá ter estado antes. A memória é mais clara do que quando nos lembramos no mundo físico de algo que fizemos ontem.

Nesta segunda ocasião (como agora sabia que era), senti-me a afastar de regresso à condição terrena e acordei lembrando-me de tudo de forma bastante distinta, mas sentindo-me um tanto desapontada

com a minha experiência. Senti que não tinha visto o meu marido no seu melhor, mas penso que ele percebeu que ele próprio também tinha estado a funcionar, pelo tempo que durou a experiência, num plano que não era o seu natural, exatamente como eu tinha estado a fazer.

CAPÍTULO 16

UMA EXPERIÊNCIA ESTRANHA

Após esta experiência, ocorreu-me que seria talvez mais satisfatório se o meu marido fosse capaz de me visitar no meu próprio quarto na terra, onde os arredores seriam familiares para mim e também para ele, embora já não fosse o seu plano real de existência. Ele lembrar-se-ia do quarto e esperaria encontrar-me nele.

Penso que ele captou os meus pensamentos e decidiu tentar a experiência, a qual ele se propôs evidentemente realizar duas noites mais tarde.

Tinha ido para a cama por volta das onze horas e estava deitada sobre o meu lado esquerdo, preparando-me quietamente para o sono. O quarto não estava completamente escuro, pois eu tinha uma luz de presença acesa. Tinha estado a dormir por alguns minutos, provavelmente, quando fui acordada pelo sentir algo sólido introduzir-se debaixo do meu ombro esquerdo. Abri os olhos e, na luz ténue, vi a forma do meu marido deitada voltada para mim na borda da cama.

Os meus sentidos estavam alertas e mantive o controlo absoluto de mim própria a fim de não fazer nada que o pudesse assustar ou

perturbar as condições. O braço direito dele estava colocado debaixo do meu ombro esquerdo e senti distintamente a pressão dos seus dedos na parte de trás do meu ombro. A parte estranha era que o braço dele deve ter passado através da estrutura material do colchão e da almofada, e no entanto parecia ser perfeitamente sólido. A minha teoria é a de que eu estava consciente no meu corpo etérico bem como no meu corpo físico. Era no meu corpo etérico que o braço do meu marido estava a fazer uma impressão. Por outras palavras, o meu corpo etérico estava a sentir o corpo etérico dele e a minha mente estava a registar este facto no meu corpo e cérebro físicos. A consciência estava, como disse antes, a funcionar pelo momento em ambos os corpos. Enquanto olhava para o meu marido, conseguia ver os ornamentos de porcelana na lareira a escassos pés de distância, a brilharem com a luz do candeeiro de rua lá fora e da luz de presença no quarto.

Isto durou apenas alguns segundos; nenhum de nós falou. Muito subitamente o meu marido desapareceu, deixando-me com um profundo sentimento de paz e conforto, e caí num sono longo, reparador e sem sonhos.

Este sono profundo e pacífico segue-se habitualmente a uma "verdadeira" experiência astral, quer esta tenha lugar no plano terreno ou no próprio plano astral.

Na manhã seguinte acordei e comecei a pensar no maravilhoso fenómeno da noite anterior, e desejei ter sido capaz de ver os traços e a expressão do meu marido de forma mais clara. Apoquentava-me que não conseguisse lembrar-me, ou visualizar através da memória, a cor dos seus olhos como eles apareciam quando ele gozava de boa saúde durante os seus dias anteriores na terra. Nos seus últimos anos — e especialmente na sua doença — eles tinham-se tornado baços e de cor desbotada. Apenas uma vez tinha tido a impressão de que os seus olhos tinham recuperado a sua claridade anterior, e isso fora no dia do funeral, quando o vira sentado na frente do carro, a usar o sobretudo escuro, e ele tinha voltado a cabeça e sorrido para mim. A amiga que o vira no Crematório tinha aparentemente visto os seus olhos de forma

mais clara do que eu e, na sua carta para mim, tinha mencionado: "os olhos dele estão muito brilhantes e muito azuis".

Na noite seguinte à da sua maravilhosa visita, recolhi-me à cama por volta da mesma hora. Deitei-me novamente sobre o meu lado esquerdo. Não me consigo lembrar de adormecer, mas tinha-o aparentemente feito e acordado novamente muito brevemente. Com os olhos abertos, vi o meu marido inclinado, aparentemente a olhar para mim. Havia, como antes, uma luz razoável no quarto vinda de fora e da luz de presença, mas mesmo sem estes auxílios eu poderia ter visto o seu rosto claramente, porque este estava rodeado por uma espécie de clarão luminoso, que revelava cada traço de forma bastante distinta. Notei particularmente os seus olhos; eles estavam, como a minha amiga tinha dito, exceccionalmente "brilhantes e azuis".

A sua pele estava bronzeada e com um aspeto saudável. A sua idade quando aqui na terra era de setenta anos, mas agora parecia ter cerca de quarenta e cinco. O seu rosto estava um pouco mais cheio do que na sua vida física e, no geral, ele parecia maravilhosamente bem. Olhei para ele durante pelo menos seis ou sete segundos e, quando ele desapareceu, lembro-me de dizer fervorosa e ruidosamente: "Graças a Deus!".

Depois disto, receio não ter conseguido evitar o desejo de que algo do mesmo género pudesse acontecer novamente. Todas as noites ia para a cama à espera disso, procurando por isso. Provavelmente a minha mente estava demasiado alerta e ansiosa, e decorreu algum tempo antes que eu tivesse uma experiência semelhante.

CAPÍTULO 17

A MENTE ATUA SOBRE A MATÉRIA

Várias semanas se passaram, nas quais tive provas notáveis da existência do meu marido. Vieram de várias fontes, as quais não descreverei aqui, por mais maravilhosas que algumas delas tenham sido, porque o meu objetivo principal ao escrever este livro é procurar

provar a existência do corpo etérico e o seu poder de funcionar nos planos físico e etérico.

Numa ocasião, tive um exemplo interessante do efeito que um corpo etérico pode produzir sobre o que designamos por matéria física.

Penso que não há dúvida de que o corpo astral ou etérico é composto por material que é, até certo ponto, comparável com a matéria tal como a conhecemos na terra, e que, em virtude da sua natureza semelhante, pode afetar, e afeta, objetos materiais na terra.

Num sábado, no início de maio de 1935, passei um fim de semana com uma amiga cuja hospitalidade o meu marido e eu tínhamos frequentemente desfrutado durante a vida terrena dele — do meu marido. À noite, fomos a um teatro para ver uma revista bastante alegre. No caminho para lá e no de regresso, conduzimos através de um distrito onde o meu marido e eu tínhamos passado um período muito feliz juntos, há muitos anos. Memórias das privações e dificuldades que tínhamos enfrentado alegremente, porque estávamos juntos, vieram a surgir em turbilhão e, apesar de todas as minhas boas resoluções, não pude deixar de me sentir um tanto desolada, pensando nos muitos anos que poderiam estar à minha frente sem o seu companheirismo físico.

Por isso, quando chegámos de volta a casa, sentia-me um pouco triste. O quarto que me foi dado era um que eu não tinha ocupado antes. Uma amiga da minha anfitriã, com quem eu só me tinha encontrado uma vez, o tinha estado a usar até bastante recentemente, e tinha deixado muitas fotografias para trás, todas de pessoas que me eram desconhecidas. Havia duas camas individuais no quarto e, ao lado de uma delas, encontrava-se uma mesa de carvalho de tamanho reduzido com cerca de dois pés quadrados, uma mesa solidamente construída e firme para o seu tamanho.

Nela eu tinha colocado a fotografia do meu marido. Justamente antes de me despir, dirigi-me lá, peguei na fotografia e — em voz alta — perguntei ao meu marido se ele tinha estado ciente dos meus

pensamentos enquanto eu passava pela vizinhança que ambos conhecíamos tão bem. Enquanto fazia isto, coloquei mecanicamente a fotografia sobre a cama ali perto, pousei as minhas mãos levemente sobre o tampo da mesa e, continuando a pensar em voz alta, disse:

— *Eu não tenho nenhum poder mediúnico com o qual consiga mover mesas ou qual quer outra coisa por mim própria, como algumas pessoas têm, e como tu sem dúvida tinhas quando estavas aqui. Se ao menos eu tivesse esse tipo de poder, tu poderias usá-lo agora e mover esta mesa como um sinal de que estavas comigo no nosso caminho para o teatro, e de que sabias de todos os meus pensamentos.*

Quase antes de ter terminado a frase, para meu intenso espanto, a mesa deu um salto no ar, deu um salto para a frente e para cima, bateu-me na região da minha cintura e afundou-se de novo quietamente, como se cuidadosamente controlada por mãos invisíveis. Fiquei surpreendida, para dizer o mínimo, mas confortada também, pois sabia que era impossível justificar o fenómeno por qual quer meio normal (como lhe chamamos).

No preciso segundo em que a mesa se ergueu, ou talvez devesse dizer por um ou possivelmente dois segundos antes de ela se erguer, senti uma curiosa sensação de vazio no meu plexo solar. Senti-o na minha mente também, mas sem perder a consciência nem por uma fração de tempo. O que realmente aconteceu foi que o meu estado de espírito, o meu estender mental em direção ao invisível, me tinha colocado numa condição adequada para provocar uma exteriorização do meu corpo etérico, quer total quer parcialmente, e a combinação de forças astrais retiradas dele, e do corpo etérico do meu marido, tinha sido direcionada para dentro ou para debaixo da mesa, com a força justamente suficiente para a levitar.

Penso que esta capacidade de projetar o nosso duplo etérico, voluntária ou acidentalmente, seja por um curto ou longo período, é a causa de muitos dos fenómenos físicos que os cientistas e estudantes de investigação psíquica estão agora a investigar. Nesta etapa presente

do nosso conhecimento ao longo destas linhas, existem provavelmente poucos de nós que conseguiriam produzir tais resultados deliberadamente.

Poderíamos — penso que conseguimos — produzir a exteriorização do corpo etérico à vontade, mas é uma proeza muito mais difícil realizar alguma ação definida durante a exteriorização. Em todo o caso, sinto-me segura de que a natureza da demonstração é decidida — e levada a cabo — por aqueles que deixaram permanentemente os seus corpos terrenos, os chamados Mortos que se habituaram a funcionar nos seus corpos etéricos e que os usam com tanta facilidade como nós usamos os nossos físicos.

No seu próprio plano, eles operam no seu próprio tipo ou grau de matéria, tal como nós operamos no nosso. As dificuldades surgem quando eles — ou nós — tentamos operar nos planos uns dos outros, isto é, quando nós nos esforçamos por funcionar nos planos deles, ou quando eles tentam funcionar nos nossos.

É aí que ambas as partes têm de cooperar. Quando "Eles" produzem um efeito na terra, usam as suas próprias mentes no nosso material físico, assistidos pelo nosso poder etérico e, nalguns casos, pela nossa cooperação mental. Se partirmos com a ideia de ser utilizados por "Eles", com algum objetivo definido em vista, estamos obviamente a tentar cooperar tanto etérica como mentalmente. Em fenómenos súbitos e inesperados, podemos estar a cooperar etericamente, mas não mentalmente, e foi isto o que aconteceu no caso que registei.

Na noite seguinte a esta levitação, quando me recolhi à cama, dirigi-me ao local onde a mesa se encontrava, retirei a fotografia, coloquei as minhas mãos no tampo da mesa, exatamente como na noite anterior, e esperei.

Fiquei ali de pé por bem um quarto de hora, depois afastei-me, esperei um pouco, voltei e tentei novamente, mas sem resultado, provavelmente porque não existia a necessidade de alma por ajuda e conforto, como tinha havido na noite anterior. Mesmo que o meu

marido estivesse disposto da sua parte a repetir o desempenho, é possível que o meu próprio astral não se conseguisse afrouxar ou exteriorizar suficientemente para realizar a sua quota-parte da experiência.

Nesta segunda ocasião, devo admitir que estava a agir em parte por curiosidade, um desejo de repetição de um fenómeno que pode ter exigido um certo esforço por parte dele, e na minha também (embora do nosso lado um tal esforço possa ser feito involuntariamente e inconscientemente).

Sinto-me segura de que não deveríamos procurar estas coisas de ânimo leve, sem algum objetivo sério e definido em vista, e não fiquei totalmente surpreendida com o meu fracasso. Na verdade, fiquei um pouco envergonhada por tentar obter a levitação novamente e, enquanto me retirava pela noite, pedi humildemente desculpa por ter solicitado uma repetição da mesma.

Parecia que já estava a dormir há algum tempo quando fui acordada por ruídos no quarto. Estava demasiado escuro para ver o que estava a acontecer, mas conseguia ouvir distintamente sons como se duas ou três pessoas se estivessem a mover de um lado para o outro. Percebendo que tinha trancado a porta do quarto antes de me meter na cama, e encontrando-me numa condição algo cataléptica, embora absolutamente bem acordada e consciente em todos os sentidos, percebi que algo estava a acontecer de natureza interessante.

Depois ouvi um ruído alto de raspagem na parede, algures perto da porta, tanto quanto conseguia julgar no escuro. Sabia por experiência anterior que, enquanto os fenómenos estivessem a ter lugar, eu não seria capaz de mover o meu corpo físico sem um forte esforço mental e também que, se fizesse esse esforço, provavelmente poria um fim aos fenómenos, pelo que permaneci passiva por alguns momentos, a escutar os sons ao meu redor.

Devo explicar que, quando se está na condição etericamente exteriorizada, mas ao mesmo tempo perfeitamente e agudamente consciente no físico, a pessoa é por vezes capaz de exercitar

faculdades psíquicas que podem estar adormecidas na vida diária terrena, e pode ela própria tornar-se ciente de certas condições sem usar os sentidos físicos comuns através dos quais a nossa faculdade de percepção funciona habitualmente. Nesta ocasião particular, eu estava "ciente" de que o meu marido estava presente, bem como o marido da minha anfitriã, que tinha partido há alguns anos. Um forte sentimento de que eles estavam a realizar algum projeto que os divertia chegou até mim. Senti-me divertida eu própria, embora não soubesse a causa do meu divertimento. Provavelmente o meu cérebro astral sabia, mas não conseguia transferir o conhecimento para o homólogo físico.

O ruído de raspagem e a minha condição cataléptica cessaram ao mesmo tempo, e fiquei deitada por alguns minutos a pensar em tudo o que tinha ouvido, e a gravar na minha mente a direção na qual os ruídos tinham sido mais altos e mais insistentes.

Como de costume, após uma tal demonstração, logo caí num sono profundo e pacífico. É muito estranho que, imediatamente a seguir a um tal fenómeno, a pessoa sinta pouca curiosidade quanto ao que aconteceu. Aceita-se isso num espírito sem perguntas, e é mais tarde que se começa a indagar como aconteceu, etc., etc.

Dormi até que a criada bateu à porta com o meu chá matinal. Depois de ela ter afastado as cortinas e deixado o quarto, olhei cautelosamente em redor para ver se os meus visitantes invisíveis tinham deixado para trás qual quer rasto da sua presença. Lembrando-me dos sons particulares junto à porta, olhei naquela direção e vi que um quadro pendurado na parede tinha sido cuidadosamente movido, de modo que, em vez de estar pendurado direito, numa posição vertical, ele pendia de lado, a meio caminho entre as posições vertical e horizontal.

Saí da cama e examinei o quadro e a corrente que o sustentava. Achei que era uma proeza das mais difíceis puxar a corrente ao redor do fecho patenteado na parede, pois os elos na corrente eram de uma tal forma que se prendiam no fecho cada vez que se tentava movê-la. Tinha-se de levantar ligeiramente e com cuidado tanto o quadro como

a corrente, e desimpedir esta última ao redor do fecho a fim de conseguir movê-la de todo.

Um esforço considerável deve ter sido usado para mover o quadro para o ângulo no qual o encontrei. Além disso, não era um peso leve, tendo pelo menos vinte polegadas de comprimento e cerca de doze polegadas de largura, emoldurado e com vidro, e pesando várias libras. Como havia muitos retratos e quadros mais leves e mais facilmente movidos no quarto, perguntei a mim própria por que razão os operadores invisíveis teriam escolhido este em particular. Era um estudo de uma rapariga num jardim. Eu não a conhecia nem, como expliquei antes, conhecia os sujeitos de qual quer um dos retratos no quarto. Ao descer as escadas, dirigi-me diretamente à minha anfitriã e perguntei-lhe quem era a senhora no grande quadro perto da porta do meu quarto.

— *Oh!* — disse ela — *esse é um retrato ampliado da...* — mencionando o nome de uma atriz bem-conhecida, sobre quem o meu marido me tinha falado frequentemente, pois a tinha visto quando ela era apenas um bebé minúsculo. O quadro tinha sido ampliado a partir de um instantâneo e pertencia ao marido da minha anfitriã, a quem provavelmente tinha sido dito pelo meu marido que conhecia a senhora nele e, como era o único retrato no quarto que tinha qual quer significado no que dizia respeito ao meu marido, eles tinham evidentemente decidido mover esse em particular, com óbvio sucesso. Muitas memórias agradáveis devem ter sido invocadas em ambas as mentes por este quadro, e esse facto justificou provavelmente a condição feliz, quase alegre, que eu tinha pressentido durante a visita deles.

CAPÍTULO 18

PERIGOS E COMPLICAÇÕES

Outras experiências se seguiram, mostrando-me que, para lá de qual quer sombra de dúvida, "Eles" podem manifestar-se e manifestam-se no nosso plano quando as "condições" (das quais

atualmente sabemos tão pouco) o permitem. As mesmas "condições" tornam fácil ou difícil para nós visitar o plano "Deles" e sinto-me segura de que elas surgem maioritariamente do nosso lado e não do deles.

Foi-me dito que o estado espiritual, mental e emocional do nosso plano constitui uma espécie de nevoeiro que "Eles" penetram com alguma dificuldade. Quando nós, mortais terrenos, estamos a viver e a expressar o lado mais elevado das nossas naturezas, espiritual e mentalmente, é como se criássemos um espaço limpo na névoa circundante, no qual os visitantes etéricos conseguem operar mais facilmente.

Se desejamos comunhão com os que partiram, deveríamos ter grande cuidado em pensar, falar e agir de uma tal maneira que forneça estas condições ideais, e apenas o bem resultará de um tal convívio se o fizermos.

As nossas dificuldades emocionais e temperamentais atuam desfavoravelmente ou de outro modo quando tentamos visitar os planos etéricos. Estou certa de que os nossos homólogos etéricos são sobrecarregados pela qualidade da nossa perspetiva mental habitual e comportamento geral nas nossas vidas diárias na terra. Estas condições pessoais, ou vibrações da alma, parecem afetar o cordão etérico que liga o corpo etérico ao físico. O cordão etérico de um indivíduo insensível, não evoluído e sem imaginação seria muito rígido e pouco elástico.

Duvido que uma tal pessoa fosse capaz de exteriorizar o corpo astral voluntariamente de todo, ou talvez apenas numa extensão ligeira. Claro que um acidente que resultasse num choque severo, ou a administração de um anestésico forte provocaria provavelmente o descolamento do seu duplo etérico, embora talvez apenas para uma curta distância, para longe do seu corpo físico.

A inferência é que quanto mais espirituais forem as nossas vidas na terra, mais fácil tornamos para os nossos amigos do Lado de Lá o visitar-nos, e mais fácil para nós o visitá-los nas suas condições.

A menos que aprendamos a controlar os nossos pensamentos e emoções, corremos um risco maior de encontrar dificuldades quando tentamos embarcar em qual quer viagem astral. Isto eu provei por mim própria escassos dias após o incidente do quadro movido.

No intervalo, eu tinha estado extremamente preocupada com certos assuntos materiais que tinham surgido inesperadamente, e considerava-me mal capaz de lidar com eles. Preocupe-me com eles uma boa dose; realmente mais do que o que deveria ter feito. Estavam em parte, se não totalmente, ligados com a doença e o falecimento do meu marido, e eu ansiava mais do que nunca por vê-lo nos seus arredores presentes, de modo a assegurar-me de que estes eram felizes e de que ele estava feliz neles.

Na noite de 17 de maio de 1935 adormeci e encontrei-me num local que sabia não ser deste mundo. Existe uma qualidade curiosa na atmosfera dos planos astrais, a qual é logo reconhecida quando se realizou várias visitas aos mesmos. Nesta ocasião, os arredores nos quais me encontrei não estavam tão límpidos como o habitual. Um nevoeiro espesso parecia envolver tudo além do raio de escassas jardas quadradas. Estava de pé numa porta aberta, a olhar para um quarto que estava mobilado de uma maneira bastante comum. A escassos pés de distância, de pé com as costas voltadas para mim, encontrava-se o meu marido.

"Finalmente!", pensei, "estou a vê-lo no seu próprio plano; agora aprenderei algo das suas condições reais."

Avancei e coloquei ambos os meus braços ao redor dele; ele voltou-se rapidamente; levantei o meu rosto e beijei-o. Um olhar reluziu no seu rosto como se ele estivesse contente por me ver, mas essa alegria estava completamente obscurecida por uma aflição e sofrimento avassaladores.

Disse:

— *Não estás contente por me ver?*

— *Oh, sim, sim,* — respondeu ele — *mas é a dor. Estou com uma dor terrível.*

Ele libertou-me e caminhou de um lado para o outro do quarto, com o rosto cinzento e contraído pelo sofrimento, com a sua respiração aparentemente a vir e a ir de forma espasmódica nos seus esforços para controlar a agonia que evidentemente sentia. Perplexa, observei-o, pensando cá para mim que, se esta era de facto a sua "condição real", ele encontrava-se evidentemente em pior situação corporal do que quando vivia na terra. Senti-me dominada pela miséria e lembro-me de que um pensamento extremamente egoísta me correu à mente sem ser chamado.

Disse para mim própria: "Oh! Tenho de enfrentar tudo outra vez; toda a ansiedade e a tortura de o ver sofrer, que eu pensava estarem superadas e terminadas. Pensava que ele estava seguro e livre de dor, e tinha ficado contente por o perder fisicamente para que assim fosse. Quão terrível é descobrir que as nossas ideias de uma saúde corporal perfeita do Lado de Lá têm estado todas erradas!".

Contudo, recompus-me severamente e bani imediatamente estes primeiros pensamentos indignos, e decidi enfrentar este estado de coisas inesperado e ajudá-lo de alguma forma, embora não soubesse como. Rapidamente segurei o seu armó e guiei-o para um divã no quarto, dizendo: — *Deita-te aí; vou pensar em algo para te ajudar. A dor não durará muito, prometo. Vou fazer algo rapidamente para te ajudar. Sei que consigo. Prometo.* —

Parecia que estava a repetir estas palavras vezes sem conta e, enquanto o fazia, senti um curioso "puxar", como se algo me estivesse a afastar do lugar. Lutei contra isso por um momento, relutante em deixar o meu marido na sua situação infeliz. O "puxar" aumentou. Tinha uma estranha qualidade magnética. Senti-me puxada para trás e para baixo, e perdi a consciência do que me rodeava até me encontrar realmente no meu corpo físico, na cama.

Cada detalhe da minha experiência permaneceu claro na minha mente. Fiquei ali deitada, a sentir-me triste e desalentada. A manhã

chegou e a minha criada trouxe o meu chá matinal. Servi um pouco e, enquanto o bebia, tentei reconstruir o "sonho" desagradável e, acalmando a minha mente, fechei os olhos e formulei silenciosamente uma prece por ajuda para compreender e interpretar a experiência, ou então para a banir por completo da minha memória. Parecia além da minha compreensão terrena.

Enquanto fazia isto, dei-me conta de que alguém estava sentado ao meu lado, no lado esquerdo da cama, mesmo perto da minha almofada. Abri ligeiramente os olhos sem voltar a cabeça, sabendo que quanto menos nos movermos e perturbarmos as condições, melhor. Pelo canto do olho, vi que era o meu marido sentado perto de mim, e pressenti que ele tinha vindo com alguma explicação para o meu sonho. Fechei os olhos novamente e escutei com atenção enquanto ele falava.

Ele disse-me que eu não devia ficar nem desalentada nem surpreendida se tivesse várias experiências da mesma natureza que a da noite anterior. Na verdade, disse ele, se eu persistisse em tentar visitá-lo no seu próprio plano durante o sono, era muito provável que continuasse a tê-las até que a minha mente cessasse de evocar memórias dolorosas da sua doença terrena. A minha mente subconsciente estava cheia de tais memórias, as quais eu mantinha sob controlo na minha vida diária, mas no sono elas reafirmavam-se e viajavam ao longo do cordão astral desde o meu cérebro físico até àquela parte da minha mente que estava a funcionar no meu corpo etérico, e coloriam a sua impressão de tudo o que eu pudesse estar a fazer ou a ver no plano etérico.

Em outras palavras, a minha subconsciência era capaz de interpor um ecrã (no qual estavam gravadas imagens de medos exagerados e memórias infelizes) entre mim própria e a realidade. De vez em quando, este ecrã tornava-se transparente, como se o falso se desgastasse, e a minha consciência fazia um esforço desesperado, mas apenas parcialmente bem-sucedido, para romper através dele e revelar um pouco da verdade por trás.

O meu marido disse que eu o tinha visitado; ele estava presente no quarto que eu tinha visto, mas não estava com nenhuma dor, nem estava aflito de forma alguma. Aconselhou-me a decidir-me a não ficar preocupada se impressões infelizes, mas falsas, se afirmassem em qual quer uma das minhas futuras experiências astrais, mas que me devia lembrar de que eram puramente subconscientes, e que, com o tempo, o imaginário daria inevitavelmente lugar ao real, e então eu vê-lo-ia como ele realmente era. A menos que eu tivesse a força de espírito para fazer isto, seria desejável que abandonasse a ideia de o visitar no seu próprio plano até que a minha mente tivesse, naturalmente, com o decurso do tempo, descartado a memória aguda da sua passada doença física.

Decidi aceitar o seu conselho e adotar ambas as ideias, e não fazer a tentativa de exteriorização do meu próprio corpo etérico por agora, mas fazer tudo o que pudesse para sobrepor pensamentos felizes e construtivos do meu marido no estado de bem-estar em que eu acreditava que ele estava, sobre as memórias inúteis e destrutivas — fossem conscientes ou subconscientes — que não eram benéficas nem para ele nem para mim.

Se a sua doença tinha trazido alguma lição com ela (e o sofrimento de qual quer tipo traz uma lição no seu rasto, como regra), esta tinha sido aprendida. Isto eu sabia, e também percebi que qual quer permanência desnecessária em dores ou sofrimentos que passaram conduz à morbilidade do pensamento e da perspectiva.

CAPÍTULO 19

UMA DISSERTAÇÃO SOBRE A ORAÇÃO

No último capítulo, relatei a lição que me foi ensinada no que diz respeito a deter-me em memórias dolorosas. Levei a lição a peito e esta tinha-me beneficiado consideravelmente, tanto mental como fisicamente, mas havia outra lição que eu estava ainda por aprender — uma que me abriu os olhos mais do que nunca para a necessidade de abordarmos nós próprios as nossas tarefas e dificuldades terrenas, e

não as infligirmos na consciência daqueles que passaram para outros planos, e que têm o seu próprio trabalho a fazer, e provavelmente dificuldades de algum tipo com que lutar. Devemos ter de facto muito cuidado em evitar fazer isto, porque aqueles que mais nos amam serão os próprios que mais serão afetados pelos nossos problemas e, no entanto, eles podem não estar em posição de nos ajudar, e é este sentimento de incapacidade para nos auxiliar que os aflige e pode interferir com o seu próprio progresso; e, se persistirmos em perturbá-los assim ilicitamente, isso reagirá desfavoravelmente sobre nós.

Sei que muitas almas desencarnadas são capazes de ajudar aqueles que ficaram na terra, tanto de uma forma geral como individual. Estão peculiarmente dotadas para um tal trabalho pelo temperamento, e também pela preparação para ele no seu próprio plano, antes de tentarem contactar as condições terrenas que é o seu objetivo e desejo melhorar. A única forma segura e sólida que podemos tomar quando necessitamos de assistência espiritual é pedi-la a Deus.

O São Paulo disse: "Não vos inquieteis com coisa alguma, mas em tudo, pela oração e súplica, sejam os vossos pedidos conhecidos diante de Deus". E em tempos mais modernos, o Dr. Alexander MacLaren escreveu: "Se um homem não ora por tudo, ficará preocupado com a maioria das coisas".

É bom que falemos diretamente com Deus sobre os nossos problemas. Ele está acima de ficar aflito com as nossas preocupações. "Ó minha alma, espera tu somente em Deus; porque a minha expectativa vem d'Ele" (Salmo lxii. 5). Se fizermos isto, podemos contar com ajuda instantaneamente, se for boa para nós.

Enquanto estamos a falar sobre a oração, deixem-me contar-vos o que o R. C. Chapman disse a modo de encorajamento para aqueles que por vezes sentem que não estão no estado de espírito correto para a oração.

"Quando não conseguimos orar de todo, então é o momento alto para orar. Honramos a Deus ao lutar com as dificuldades interiores, e

mostramos a nossa fé na intercessão do nosso Senhor Jesus Cristo ao trazer a nossa frieza de espírito ao Grande Sumo Sacerdote. A verdadeira audácia na oração não deve ser julgada por boas palavras, mas por este teste: até que ponto é a vontade de Deus o guia da alma?".

(*Os itálicos são meus*). Percebo perfeitamente como nos podemos desculpar da oração porque "não nos sentimos dispostos"; não nos conseguimos expressar facilmente a Deus no momento, mas é a nossa própria incapacidade de O contactar, a nossa "Frieza de Espírito", que devemos levar até Ele e, se o fizermos, logo descobriremos que nos "agarrámos" novamente. É uma boa coisa ter verdadeira humildade sobre si próprio, mas se esta nos encoraja na ideia de que somos incapazes de, ou indignos para a comunhão direta com Deus, então quase equivale à incredulidade.

Mais uma vez, devemos ter o cuidado de pedir tudo de acordo com a vontade d'Ele. Devemos dizer: "A Tua vontade, não a minha". Se fizermos isto, "E acontecerá que, antes que clamem, eu responderei; e estando eles ainda falando, eu os ouvirei" (Is. lxxv. 24), o que significa que Ele ouve a nossa necessidade, o nosso pensamento, mesmo antes de o termos expresso em palavras.

Num capítulo anterior deste livro, escrevi as palavras: "Ele dará ordens aos Seus Anjos a teu respeito". Interpreto-as como significando que os Seus anjos são os Seus espíritos ministradores, em cujas fileiras se podem numerar aqueles que conhecemos e amámos na terra, que progrediram no Outro Lado e estão agora em posição de se tornarem "espíritos ministradores", ou "anjos que têm ordens a nosso respeito".

Na maioria dos casos, se não em todos, estas entidades teriam partido das condições terrenas há um tempo considerável, e podem ter passado por muitas experiências espirituais e realizado um estudo profundo da Vida desde que passaram para o Lado de Lá. Se um bom propósito for servido ao fazê-lo, eles são autorizados a ajudar-nos, especialmente quando não nos conseguimos ajudar a nós próprios. Se nos conseguimos ajudar a nós próprios, devemos fazê-lo. É uma

evasão cobarde da responsabilidade pessoal que nos impele a procurar ajuda nos outros se conseguimos possivelmente passar sem ela.

Ajuda maravilhosa tem sido dada do Outro Lado sob as condições corretas. Tive muitos exemplos disso eu própria. Na verdade, é frequentemente impressionante olhar para trás e ver o que foi feito através da oração e da mediação dos espíritos. "Deus move-se de forma misteriosa para as Suas maravilhas realizar", mas devemos lembrar-nos de que a Sua mente Infinita consegue ver o que é bom para nós, e se uma resposta à nossa oração será benéfica ou de outro modo.

Quantos de nós perceberam, com amarga dor, "A maldição de uma oração respondida"? Se apenas tivéssemos deixado o assunto nas mãos d'Ele após fazer o pedido, dizendo "de acordo com a Tua vontade, não a minha", as coisas teriam corrido bem; mas o que frequentemente acontece é: pedimos algo a Deus e, em vez de o deixarmos a Ele, acompanhamo-lo concentrando mentalmente todas as nossas forças num único ponto, ou seja, que aquilo que pensamos ser bom para nós deva e tem de ser realizado, e passamos a trazê-lo à existência, porque, como disse antes, o pensamento é a mente em ação.

Esta pequena dissertação sobre a oração, e a importância de não perturbarmos os nossos amigos partidos com os nossos problemas pessoais, é um preliminar para eu descrever uma experiência muito curiosa e perturbadora que me aconteceu logo após os acontecimentos relatados no último capítulo. Comecei a ter alguns assuntos materiais muito incómodos para atender, e alguns deles pareciam ser mais pesados do que o que eu conseguia carregar nos ombros sozinha.

Na sua vida terrena, o meu marido não conseguia ver-me preocupada, e mantinha sempre a impressão de que eu não conseguiria possivelmente lidar com a vida material comum sem o seu auxílio. Sem dúvida que essa impressão estava na base da sua mente pouco antes do seu falecimento, quando disse que não queria ir para os "lugares lindos" e deixar-me para trás. Sabendo da sua ansiedade

natural a meu respeito, sinto agora que, no período de que falo, eu deveria ter levado estes assuntos terrenos de forma mais leve, e não deixar que eles "me ficassem na mente" tanto quanto deixei.

Algumas semanas tinham passado desde a minha última experiência astral com o meu marido e, lembrando-me do seu conselho após essa ocasião, eu não estava à espera de chegar até ele no meu corpo etérico, nem estava a tentar fazê-lo definitivamente enquanto estes incômodos problemas terrenos existiam.

Depois, uma noite, tive uma experiência que provou que ele tinha pressentido estes problemas, e reagido fortemente a eles de uma maneira que poderia ter trazido um perigo e uma infelicidade indizíveis para ambos.

CAPÍTULO 20

PODE UM ESPÍRITO SUICIDAR-SE?

Espero que a esta altura já vos tenha transmitido a minha ideia de que, nas condições normais de vigília das nossas vidas diárias, o corpo etérico considera extremamente difícil funcionar conscientemente separado do físico. Enquanto está em completa associação com o físico, ele está habitualmente inoperante, ou "fora de ação", por assim dizer.

Pode haver — sem dúvida que há — algumas exceções a esta regra, tais como o estudante evoluído das leis ocultas que se tornou proficiente em exteriorizar conscientemente o seu corpo astral à vontade, quando quer e onde quer que escolha. Que isto foi feito é um facto provado, mas não estamos interessados aqui com um tal grau extraordinário de eficiência na exteriorização etérica, mas com as formas mais limitadas e comuns nas quais o homem e a mulher médios são propensos a experienciar tais fenómenos.

Se o nosso corpo etérico consegue "mover-se para fora" mesmo que a uma curta distância do físico, é muito provável que vejamos ou ouçamos algo extraordinariamente interessante, especialmente se

houver alguém que nos pertença, ligado a nós por laços de amor e interesse mútuo, que estará sem dúvida à espera para nos encorajar e ajudar a estendermo-nos a partir das nossas condições limitadas habituais, e a segurar as suas mãos, se apenas por um momento.

Uma noite em julho de 1935, logo após a meia-noite, dei-me conta de que o meu corpo etérico estava ligeiramente exteriorizado, apenas o suficiente para eu ser capaz de ver e ouvir outros corpos etéricos e condições ao meu redor. Nesta ocasião, senti-me menos alerta do que o habitual, e fui mais uma vez lembrada de que, se estivemos a viver numa condição emocional perturbada na terra, isso afeta o corpo etérico de uma tal maneira que, mesmo quando projetado, é mais difícil para as almas de outros planos o perceberem ou contactarem.

Por isso, agora conseguia ver que o meu marido estava perto de mim, a escassos pés de distância, mas aparentemente ele estava a encontrar alguma dificuldade em ver-me. Ele parecia perceber que estava perto de mim, e estava evidentemente a tentar arduamente localizar o meu paradeiro exato, mas não o conseguia fazer. Falei-lhe e, com um esforço mental considerável, movi-me mais para fora do meu corpo físico e aproximei-me dele, e fui capaz de estender a minha mão e de lhe tocar no ombro. Embora ele não parecesse consciente do toque real, pareceu pressentir que eu estava perto dele, e pareceu fazer um grande esforço para me contactar ao concentrar-se em mim. Começou a falar. Eu conseguia ouvir a sua voz e conseguia acompanhar tudo o que ele dizia.

Ele falou de forma muito pausada, como se poderia falar numa chamada de longa distância através do telefone se se estivesse a falar sobre um assunto de grande importância, e querendo certificar-se de que o ouvinte do outro lado conseguia realmente ouvir distintamente.

O meu marido disse que percebia a extensão das minhas dificuldades, e que sentia que eu necessitava dele comigo, e que se eu sentisse que não conseguia continuar sem ele, ele "regressaria para junto de mim".

Disse:

— *Como podes regressar para junto de mim? O que queres dizer exatamente?* —

Embora ele não parecesse ouvir as palavras reais, vi pelo seu rosto que tinha recebido mentalmente a minha pergunta, e ele deu a resposta mais surpreendente:

— *Eu poderia suicidar-me.*

Espantada, estupefacta, quase incrédula, perguntei-lhe o que queria dizer.

De novo ele pareceu pressentir a minha pergunta e respondeu imediatamente:

— *Existem formas de suicídio no plano astral; e pergunto-me se existe uma forma de suicídio que eu pudesse tomar a fim de estar contigo novamente, de modo a proteger-te e a ajudar-te?* —

Clamei:

— *Não! Claro que não debes fazer uma coisa dessas! Nem sequer penses nisso; tira isso da tua mente de imediato. Se o fizesses, estou absolutamente certa de que não beneficiaria nenhum de nós.* —

Lembro-me de que, quando ele estava na terra, tinha desaprovado o suicídio sob qual quer ângulo que fosse visto, ou qual quer que fosse o motivo, e senti a certeza de que ele não teria qual quer desejo de dar um tal passo por sua própria conta, mas que seria inteiramente em meu benefício, a fim de estar comigo e ajudar-me novamente; e percebi que eu devia ter permanecido excessivamente nos meus problemas terrenos, agarrando-me a eles em vez de me sobrepor a eles, mas eu não tinha compreendido totalmente que os nossos pensamentos infelizes são tão facilmente captados por aqueles cujos corpos etéricos estão frequentemente connosco, ou nós com eles.

O meu sentimento de intenso desalento e ansiedade para o impedir de pensar num tal curso como o "Suicídio" pareceu emprestar uma pungência ou poder acrescido ao meu desejo de influenciar o

meu marido contra a ideia, pois ele subitamente ergueu um pouco o rosto, olhou na minha direção e pareceu ver-me. Ele falou então calmamente e quietamente comigo por algum tempo, assegurando-me do seu cuidado nunca cessante por mim, e admitindo que não lhe tinha ocorrido tentar realmente o suicídio, mas apenas que estava disposto a fazê-lo se o seu estar mais perto da terra me ajudasse.

Antes de nos separarmos, ambos nos tranquilizámos mutuamente sobre nós próprios, com o meu marido a prometer não voltar a pensar no assunto do suicídio e eu informando-o de que, quaisquer que fossem as minhas dificuldades na terra, elas não eram insuperáveis, e eu sabia que conseguiria passar por todas elas, pelo que ele não se devia preocupar.

Desde este incidente, tenho ponderado sobre esta questão: quais são as formas de suicídio que estão abertas a uma alma desencarnada?

Muitas sugestões têm sido apresentadas, nenhuma delas muito convincente. Uma era a de que uma alma desencarnada poderia cometer suicídio ao deixar deliberadamente o seu próprio plano e obsediar — ou possuir — alguma pessoa na terra. A entidade obsediente nem sempre mostra uma atitude maliciosa ou antagónica para com a pessoa que ela "possuir".

Eu tinha conhecimento de um caso de aparente possessão, em que a entidade era profundamente apegada à rapariga de quem se alegava estar "assombrada", e em que o seu único desejo ao fazê-lo era o de estar perto dela. Pessoalmente, eu não tinha a certeza de que este, ou qual quer outro caso semelhante de que tenha tido experiência direta em primeira mão, fosse um caso de possessão genuína. Penso que era mais provavelmente devido a um desgosto e choque avassaladores por parte da rapariga, o que tinha, pelo menos por agora, desequilibrado a sua mente e o seu sistema nervoso. Com o tempo, o efeito passou e não ouvimos falar mais da suposta entidade obsediente.

Outra sugestão avançada foi a de que aqueles que desejavam cometer este tipo de suicídio eram espíritos que estavam à espera, nos planos Espirituais, pela sua próxima encarnação na terra, e que eles

poderiam desejar antecipar o momento dessa encarnação e regressar à vida terrena antes de estarem espiritualmente prontos para o fazer, sendo a ideia subjacente a esta sugestão a de que aqueles que passam para o Lado de Lá têm habitualmente de esperar um certo tempo nos planos astrais, estudando e desenvolvendo as suas almas na prontidão para a sua próxima encarnação terrena, a qual tem lugar, provavelmente, em três ou quatro séculos de tempo.

Relativamente a este ponto, não tenho opinião a oferecer. Não sei.

A teoria que me atrai como sendo a mais viável de todas as que ouvi é a de que aqueles que vivem realmente num certo plano etérico, possivelmente dois ou três planos acima da terra, poderiam escolher funcionar num plano mais baixo, isto é, um mais próximo — possivelmente muito perto — da terra, a fim de estarem o mais perto possível do ser que deixaram para trás, e por cuja presença anseiam.

Se nós, na terra, cessamos de funcionar nessa terra, segue-se que temos de passar por um processo de morte a fim de assumir a vida noutra plano. Parece possível que aqueles que mudam o seu plano de existência "do Lado de Lá" passem por aquilo que parece ser uma forma de "morte" (embora esteja certa de que não há nada de doloroso ou desconfortável nisso), na medida em que podem mudar a natureza dos seus corpos até certo ponto. Se assim for, o processo parecer-lhes-á ser uma forma de morrer, e — se estivessem a mudar de um plano de existência mais elevado para um mais baixo e, ao fazê-lo, cortassem cerce as suas atividades e desenvolvimento no plano mais elevado — poderia até parecer ser uma forma de suicídio. Mais uma vez devo admitir, não sei. Apenas posso relatar o que o meu marido disse, porque constitui um aviso de que qual quer pessoa que esteja em estreito contacto com o Outro Lado deve controlar e vigiar cuidadosamente as suas vidas mentais na terra.

Após esta experiência, decidi nunca mais me permitir conscientemente permanecer num pensamento negativo de qual quer tipo que fosse.

CAPÍTULO 21

O ESTADO DE SONHO

Por esta altura, comecei a perceber quantas dificuldades nos assolam quando nos aventuramos a explorar o mundo etérico. A mais benta de todas parecia ser o estado de sonho através do qual — como mencionei antes — a pessoa passa frequentemente antes de ou se tornar consciente no astral, e vice-versa ao regressar de uma verdadeira experiência astral, ou passa de novo através de um sonho antes de acordar. É a minha experiência que a memória do que se viu ou fez no astral é por vezes apagada pela fase de sonho que se sobrepõe às memórias astrais, de modo que, quando se acorda, pode-se obter uma tal confusão de "sonhos" e de experiências "reais" que torna extremamente difícil extrair sentido disso.

Após algumas experiências deste tipo, as pessoas desistem frequentemente em desespero, pensando que as dificuldades de separar o falso do real são tão grandes que mal vale a pena o seu tempo para prosseguirem o seu estudo da projeção astral.

Não se podem culpar, mas é uma pena, porque elas atiram frequentemente a toalha ao chão justamente quando estão a chegar ao ponto em que poderiam perceber que é possível derivar algum conhecimento prestável da própria condição de sonho que as intrigou e exasperou.

Toda a minha vida sonhei uma boa dose. Mal passava uma noite sem que eu sonhasse qual quer amálgama de disparates, os quais eu costumava descartar da minha mente assim que acordava. Tinha prestado muito pouca atenção ao assunto dos sonhos até começar a perceber o facto de que existia outro estado no qual podíamos entrar durante o sono, onde podíamos contactar outros planos de existência e encontrar seres que já não viviam nas limitadas condições terrenas, seres que nos podiam ajudar e ensinar — com os quais o contacto só poderia ter um resultado benéfico.

Por vezes, estas almas desencarnadas são-nos estranhas — professores e ajudantes cujo trabalho é instruir aqueles que são suficientemente ávidos e ousados para procurarem obter instrução espiritual desta maneira. Outros podem ser aqueles que "amámos e perdemos", cujos traços e caracteres estão gravados nos nossos próprios corações, e que também anseiam por nos confortar e abençoar, mesmo que não nos consigam instruir na lei e filosofia espirituais, como os professores conseguem e fazem.

Porque eu percebia a desejabilidade de contactar o mundo astral mais elevado e trazer de volta uma memória perfeita dele, ressentia a interferência estabelecida pelo estado de sonho através do qual frequentemente me encontrava a passar após deixar o verdadeiro astral. Passado um tempo, ocorreu-me que se tinha começado a verificar uma melhor retenção da memória astral extraída através da experiência de sonho; um fio de memória verdadeira correndo através do tecido imaginário do material do sonho.

Assim que reconheci este facto, determinei agarrar-me ao sonho, em vez de o descartar impacientemente da minha mente ao acordar.

Ao separar cuidadosamente os incidentes do sonho, fiz algumas descobertas interessantes e prestáveis, destacando-se entre elas o significado simbólico contido em muitos dos acontecimentos aparentemente inexplicáveis do sonho.

Aprendi que os nossos amigos no plano astral estão cientes da nossa dificuldade em trazer a memória do mundo deles de volta para as condições físicas e, em consequência, cooperam connosco antes de deixarmos o astral, num esforço para apresentarem as impressões do que experienciámos ali, ou a orientação que possamos ter recebido — sob alguma forma que pudesse sobreviver ao efeito desintegrador da condição de sonho pela qual sabiam que provavelmente passaríamos antes de acordar.

A forma que mais facilmente sobrevivia era uma que pudesse ser incorporada em, ou tecida com, o sonho, sob uma forma simbólica tal que pudesse ser mais ou menos facilmente interpretada pela mente

quando esta acorda no corpo físico. Um estudo cuidadoso destas formas recompensará o estudante e abrirá um campo de investigação novo e interessante sobre o poder da mente, tanto consciente como subconsciente.

A nossa força de vontade desempenha um papel importante neste ramo do assunto. Ao reconhecermos o facto de que os nossos espíritos cooperadores no astral se estão a esforçar por nos assistir a trazer de volta algum material prestável do seu plano, podemos treinar gradualmente as nossas mentes para aceitarem e reterem tudo o que for benéfico para nós, e parece que se esquiva melhor aos elementos destrutivos no mundo dos sonhos se estiver disfarçado sob uma forma simbólica.

Por que razão existem estes elementos destrutivos, não sei. Pode ser que surjam da nossa coleção subconsciente de medos, inibições e falhas que brotam durante o sono, mas um desejo persistente de nos estendermos e de nos agarrarmos àquilo que é construtivo e benéfico acaba por vencer a tendência do subconsciente para interferir. Como em tudo o resto, a prática leva à perfeição e acaba por vencer todos os obstáculos. Isto é especialmente verdade no campo da investigação astral.

Houve um período em que eu estava a ficar muito perturbada por assuntos familiares, os quais ameaçavam provocar uma crise muito séria e indesejável a menos que algo interviesse para a prevenir. O tempo estava a escassear; a crise parecia aproximar-se. Parecia quase impossível evitá-la e, embora nós, os que estávamos diretamente interessados, soubéssemos que estávamos no direito, no entanto tudo parecia correr mal para nós. Parecia não haver passo que pudéssemos dar para evitar a calamidade que temíamos.

Numa manhã acordei e trouxe imediatamente de volta uma memória muito clara de ter estado no mundo astral com o meu marido. O que tinha ouvido ou visto ali, não me conseguia lembrar, mas, ao deixá-lo, tinha passado para um estado de sonho, e o meu marido tinha-me acompanhado nele.

No estado de sonho vi um campo de críquete e, deitados no chão, estavam alguns batedores e um maço. O meu marido dirigiu-se aos batedores, pegou em dois e espetou-os no chão. Para meu espanto, vi que eles tinham pelo menos seis pés de altura e pensei cá para mim: "Eles são demasiado grandes para ele conseguir bater-lhes corretamente", mas o meu marido pegou no maço, olhou em redor para mim com um sorriso tranquilizador, ergueu o maço e, com alguns golpes bem apontados, cravou os batedores diretamente no chão, até eles quase desaparecerem.

Ele voltou-se e sorriu de novo.

— *Arrumei com esses dois de vez* — disse ele, com profunda satisfação.

Ao acordar, este incidente estava claro em cada detalhe na minha mente, e percebi imediatamente que os batedores eram as duas pessoas que estavam a causar o problema que nos tinha magoado tão profundamente.

Lembrem-se, é importante procurar o significado simbólico do sonho o mais cedo possível após acordar, porque a mente está mais suscetível à interpretação verdadeira antes de começar a registar as impressões vindas do mundo mundano para o qual estamos a acordar.

A certeza de que a interpretação simbólica que eu tinha colocado neste sonho era a verdadeira sustentou-me e ajudou-me ao longo dos dias críticos de espera até sabermos o que seria decidido no nosso caso.

Dentro de um espaço de tempo muito curto, a afirmação de que as duas pessoas estavam a ser "arrumadas" foi verificada. Foi exatamente isso o que aconteceu no final, e tudo chegou a uma conclusão feliz para todos. Ninguém ficou ferido; o "arrumar com eles" conduziu a uma mudança de ideias na direção certa, de forma muito súbita e, no sentido normal da palavra, inesperada, embora não para mim. Na verdade, eu teria ficado muito surpreendida se não tivesse acontecido assim, pois tinha começado a verificar que a pessoa

nunca é induzida em erro quando aprendeu a distinguir o real significado em sonhos deste tipo.

Noutra ocasião, tive de abordar um assunto de negócios que se tinha tornado muito problemático devido à atitude de uma pessoa nele interessada. Esta pessoa estava a alugar umas instalações minhas e, a fim de me forçar a fazer algumas concessões que teriam sido grosseiramente injustas para mim, e completamente fora dos termos do nosso contrato, ela disse que ia desocupar a casa e deixá-la nas minhas mãos no que era um momento extremamente difícil para que uma tal coisa acontecesse. Ela estava ciente deste facto e explorou-o na maior extensão.

Senti-me inteiramente impotente em relação ao assunto e fui para a cama uma noite após ter orado para que me pudesse ser dada alguma luz ao lidar com este problema desagradável e difícil.

Mais uma vez visitei o plano astral, mas, provavelmente por causa da minha condição mental perturbada, não me conseguia lembrar do que tinha acontecido, exceto de que tinha recebido algum conforto e sustento espiritual ali. Passei para o estado de sonho e sonhei que via um cão a aproximar-se de mim. Sou muito amiga de animais e não sou particularmente nervosa, mesmo com cães estranhos.

Contudo, este aproximou-se de mim num espírito obviamente hostil. Notei que era de uma cor "ruiva" clara e, à medida que vinha para mais perto, arreganhou os dentes e rosnou de uma maneira das mais desagradáveis. Avançou com a intenção aparente de me atacar.

O meu marido, que se tinha aparentemente juntado a mim vindo do astral de regresso ao sonho, estava ao meu lado e, à medida que o cão se aproximava, disse: — *Não te preocupes; ele não te pode morder; está apenas a fingir que o faz.* —

Acordei imediatamente e lembrei-me de que o pelo do cão era da mesma cor que o do cabelo da pessoa que me estava a causar tanta ansiedade. Por absurdo que possa parecer, existia também alguma

semelhança definida, mas subtil, com ela no cão, noutros aspetos bem como no cabelo, que era de um tom pronunciado e invulgar.

Agi sob o pressuposto de que o meu adversário "não me podia morder". Ignorei as suas ameaças e muito cedo provei que todas as suas táticas de ameaça tinham sido mero bluf, pois ela tinha percebido a posição incómoda em que eu seria colocada se ela cumprisse a sua ameaça, e tinha confiado em que eu cederia a qual quer exigência injusta em vez de enfrentar a alternativa. Assim que ela percebeu que a sua conduta não surtia efeito qual quer sobre mim (o meu sonho sustentou-me e deu-me confiança), capitulou e não tive mais problemas no assunto.

Surge uma questão quanto a como estes símbolos nos são dados ou recebidos por nós nestes sonhos. Seremos nós próprios a fabricá-los mentalmente? Se assim for, como sabemos que tipo de símbolo seria de maior utilidade para nós como um aviso ou premonição? Serão eles escolhidos por nós por outros seres, almas desencarnadas que vivem no Grande Além, e que podem saber mais do que nós sobre os acontecimentos que são propensos a afetar-nos no futuro imediato?

Se estas almas estão ligadas a nós por laços de afeição e interesse mútuo, é possível que discutamos alguns dos nossos problemas com elas no seu próprio plano, e que a iluminação e orientação sejam recebidas por nós, não sobre assuntos pessoais triviais, mas sobre essas questões maiores que podem afetar o nosso trabalho e progresso.

Penso que esta última hipótese pode bem ser a verdadeira e que, quando nos esforçamos por trazer a compreensão que ganhámos através do corpo físico, descobrimos que não conseguimos trazer o significado intacto, e as nossas próprias mentes cooperam com as dos nossos ajudantes espirituais ao realizarem uma seleção de símbolos adequados que sejam facilmente compreendidos por nós ao acordar. Por exemplo, se o sonhador tivesse horror a afogamento, isso poderia ser selecionado como um símbolo de aviso particular. Outra pessoa poderia reagir de alguma maneira definida à ideia de queda, voo, nuvens de chuva, pedras, facas ou muitas outras coisas.

À medida que nos aproximamos dos nossos corpos físicos após visitar um dos planos astrais, a memória de tudo o que vimos e ouvimos nesses planos parece frequentemente desvanecer-se à medida que abordamos o físico. À medida que o nosso corpo etérico aborda o homólogo físico, o cordão astral torna-se mais curto e espesso, e menos elástico, e é na minha experiência que, quando este diminuiu para escassos pés de comprimento — por vezes um pouco mais ou menos —, a consciência e a memória são aptas a cessar de operar. Por que razão isto é assim, não sei.

Digo "aptas a cessar de operar" porque existem ocasiões em que a consciência é transportada intacta do etérico para o físico, mesmo quando o etérico está a funcionar a uma distância de curto alcance, e uma memória completa de tudo o que ocorreu é trazida para o cérebro físico.

Provavelmente, a seleção de símbolos que melhor se ajustaria ao caso é feita no plano etérico, e uma imagem mental é elaborada a partir deles por nós e pelos nossos amigos espirituais, de modo que, se nós, ao aproximarmo-nos do físico, perdermos a nossa consciência da cena astral em que tomámos parte, e até talvez das próprias imagens mentais que decidimos, os nossos cooperadores espirituais, que não se esqueceram, nos possam apresentar a imagem justamente antes de, ou no momento em que, estamos a acordar. Eles dão-na a nós como uma forte imagem mental, ou série de imagens, lançando-as no nosso cérebro como uma lanterna mágica lança uma imagem num ecrã; ou pode ser descrito como uma forma de hipnotismo astral.

Um dos meus pavores de eleição é qual quer tipo de coisas rastejantes, tais como aranhas, escaravelhos, cobras, etc. Sou muito mais amedrontada por eles do que seria por um lobo ou outro animal selvagem e supostamente feroz. Esta idiossincrasia minha foi usada com bom efeito uma noite sob a forma de um sonho simbólico. Eu estava fora de casa na altura, a desfrutar de umas férias especialmente agradáveis no lar calmo e repousante de um amigo em Bath.

Enquanto ali estive, senti que iria provavelmente contactar o meu marido no mundo etérico e trazer de volta a memória. Uma noite dei-me conta de que tinha sido bem-sucedida a projetar o meu corpo etérico, e também de que tinha conseguido visitar algum plano mais elevado, onde tinha visto e falado com o meu marido. Ao regressar, tinha perdido a memória do que realmente tinha acontecido ali e senti-me muito desapontada; depois descobri que estava a passar para um "estado de sonho" e que o meu marido estava algures perto, embora eu já não o conseguisse ver.

Diante de mim, e bastante perto, encontrava-se uma cobra grande e com aspeto venenoso. Ergueu-se e moveu deliberadamente a cabeça em direção a mim para me atingir.

Enquanto ela o fazia, estendi a minha mão e pousei-a na cabeça viscosa e de aspeto repulsivo da criatura. Depois lembrei-me com espanto de que não tinha sentido horror, ou sequer aversão, mas apenas um sentimento intenso de piedade. Dei comigo a dizer enquanto lhe afagava a cabeça:

— *Sua pobre criatura! Tu não me podes magoar. Oh! Sua pobre criatura!* —

Ela não me mordeu; a sua cabeça afundou-se e eu acordei imediatamente no meu corpo físico, lembrando-me do episódio em cada detalhe, embora estivesse ciente de que alguma experiência astral o tinha precedido, da qual me tinha esquecido. Senti-me impressionada de que a cobra era um significado simbólico para mim de algo prestes a acontecer, do qual não me devia permitir ficar amedrontada.

No dia seguinte regressei a casa, viajando no domingo. A minha casa estava vazia, pois era o "dia de folga" da minha criada, pelo que desfiz rapidamente as malas e arrumei a minha bagagem, e dirigi-me para a minha sala de estar, onde uma grande pilha de cartas aguardava a minha atenção. Abri algumas ao acaso e depois, sentindo-me bastante cansada após a viagem, pensei que abriria apenas mais uma.

Peguei numa que conseguia ver estar na caligrafia de uma amiga a quem me tinha sido pedido para ajudar, e antes da minha visita a Bath eu tinha-me estado a esforçar por fazê-lo. Conhecia-a apenas há pouco tempo, mas ela era uma personalidade das mais interessantes e atraentes, embora inválida há alguns anos. Quando olhei para as palavras no início da carta, os meus sentidos vacilaram. Algumas das acusações mais sórdidas que um ser humano poderia dirigir a outro estavam contidas naquela carta.

Afirmações horríveis, venenosas, apavorantes. Era inacreditável. Nunca tinha pensado ser possível que uma mente humana pudesse conceber tais acusações e, à medida que lia, descobri, para meu maior horror, que eram dirigidas a mim — referiam-se a mim de forma inequívoca.

Senti-me ficar fria e desfalecer de horror perante as palavras terríveis que me encaravam no papel de carta. Dei literalmente comigo sem que as minhas pernas me conseguissem sustentar e, à medida que me afundava numa cadeira que felizmente se encontrava justamente ao meu lado, o sonho da cobra regressou como uma imagem projetada subitamente na minha mente a partir de fora.

Simultaneamente, soube que a cobra simbolizava a autora da carta, e lembrei-me de como tinha sabido que a cobra não podia e não queria realmente magoar-me, e de imediato os meus sentimentos mudaram por completo, e senti toda a aversão e repugnância desaparecerem imediatamente, deixando apenas o profundo sentimento de piedade que tinha sentido pela criatura no meu sonho.

Tentei decididamente visualizar a autora da carta e mentalmente estendi-lhe a minha mão, colocando-a na sua cabeça, exatamente como tinha feito com a cobra. Pelo resto do serão senti-me edificada e confortada, mas decidi chegar ao fundo do terrível mistério. Fi-lo com a ajuda de uma amiga que vivia mais perto da autora do que eu, e descobrimos que esta pobre alma tinha ficado mentalmente perturbada devido aos avanços da velhice e de uma doença de longa data, que tinham por fim e de forma um tanto súbita atingido o cérebro, e que

ela tinha feito estas terríveis acusações contra vários dos seus amigos, especialmente aqueles — por estranho que possa parecer — aos quais era especialmente afeiçoada.

Deveria mencionar aqui que a carta me tinha sido escrita no dia anterior ao do meu sonho, e sinto-me segura de que o meu marido, e talvez outros amigos desencarnados, sabiam disso, e perceberam o choque que esta me causaria, e ajudaram a avisar-me ao sugerirem o sonho. Desde então tenho tido muitas repetições deste tipo de experiências de sonho, e penso que estas podem ser cultivadas assim que estejamos mentalmente abertos às suas possibilidades e significado.

CAPÍTULO 22

OS ANIMAIS E OS SEUS CORPOS ETÉRICOS

Não existe dúvida qual quer de que estamos a começar a perceber a existência do corpo etérico, e muitos cientistas e investigadores sérios têm dedicado uma boa dose de tempo e atenção ao assunto durante os anos recentes. Muito tem sido escrito sobre o tema da aura, a qual tem sido detetada, e até fotografada por um certo aparelho dotado de uma lente especial.

Algumas pessoas são dotadas de um alcance de visão que parece estender-se, num menor ou maior grau, uma certa distância mais além do que as outras pessoas com visão normal conseguem ver. Aquelas que o conseguem fazer descrevem frequentemente a aura como sendo luminosa e colorida. As cores parecem variar um pouco, e incluem todas as cores do espectro, mas tenho notado que existe uma prevalência de diferentes tons de dourado, variando do amarelo mais pálido até a um tom avermelhado profundo e brilhante, e também de violeta ou púrpura, e dos seus muitos tons variáveis.

Estou certa de que a aura é uma emanção do corpo etérico, e não do físico, como algumas pessoas parecem imaginar. Existe uma curiosa qualidade magnífica magnética nela. Embora eu própria não

consiga ver a aura frequentemente, tenho estado agudamente consciente do poder magnético vindo dela e, sem me voltar, conseguia sentir que alguém se tinha aproximado sem ruído, e conseguia também pressentir, até certo ponto, o tipo de pessoa, ou as qualidades emocionais ou temperamentais que esta poderia possuir.

Esee poder de pressentir sem ver pode ser rotulado de "psíquico" por muitas pessoas. Esta palavra é agora usada para incluir multidões inteiras de suposições nebulosas e vagas. A definição do dicionário que lhe é dada é: "Pertencente à alma humana, espírito ou mente", e podemos facilmente compreender que a existência do corpo etérico, que é a casa da alma, pode ser sentida mesmo quando não pode ser vista objetivamente.

Embora o dicionário use o termo "alma humana", tenho tido provas convincentes de que os animais também possuem corpos etéricos, os quais se podem manifestar durante a sua vida física na terra, bem como após a morte, embora numa extensão um tanto mais limitada do que o humano o consegue fazer. Tenho sentido uma forte emanção do corpo de um animal de cuja presença eu estava alheada até sentir o poder elétrico vindo de uma certa direção. Tenho olhado para baixo (debaixo da mesa, por exemplo) e descoberto que um cão ou um gato tinha entrado no quarto sem ser percebido por mim, e estava de pé ou sentado exatamente no local de onde eu tinha sentido a corrente magnética.

Se aceitarmos que os animais possuem um corpo etérico, podemos supor que este corpo existirá após a morte. Tenho tido aquilo que para mim foi uma evidência convincente de que os animais continuam de facto a viver, e de que as suas mentes e memórias funcionam de forma muito semelhante às dos seres humanos, na sua relação com os seus amigos na terra. Relatarei um exemplo muito marcante de sobrevivência pós-morte e manifestação de vida animal. Tenho tido vários assim, mas este em particular aconteceu recentemente e está muito claro na minha mente.

Durante muitos anos, o meu marido e eu fomos proprietários de um pequenês muito inteligente, dominador, autocrático, desobediente, beligerante e, com tudo isto, adorável. (Não se ajusta esta descrição à maioria dos exemplares da raça?) Há onze anos, ela morreu com a idade de catorze anos. O meu marido era profundamente afeiçoado a este cão, a quem tínhamos chamado "Ching", independentemente do facto de ser uma fêmea.

Há poucas semanas, fui acordada de um sono profundo pelo sentir de algo a mover-se na minha cama, perto do meu ombro direito. Eu estava deitada sobre o meu lado esquerdo, um pouco sobre o meu rosto. Fosse o que fosse que estava na cama, estava a dar leves pancadas ou a esgaravatar com a pata no meu ombro. Fiquei um tanto sobressaltada por um momento, pois o toque era tão "sólido" e definitivo.

Lembrando-me de que nada de mal me podia tocar desde que eu própria percebesse o poder supremo do bem, recompus-me e tentei colocar a minha mão e braço esquerdos (sobre os quais estivera parcialmente deitada) para fora das roupas da cama, e alcançar para trás sobre o meu ombro direito num esforço para tocar no que quer que fosse que me estava a tocar. Ao fazer isto descobri, como tinha acontecido antes em casos tais, que estava parcialmente cataléptica. O quarto não estava completamente escuro; eu conseguia ver a lareira, a prateleira da lareira e a porta do armário em frente a mim.

Fazendo um tremendo esforço mental, consegui estender a minha mão para fora e para trás sobre o meu ombro. Qualquer pessoa que tenha tido uma experiência semelhante compreenderá quão difícil proeza é mover-se de todo durante a condição cataléptica. Se esta for muito profunda, é impossível mover-se de todo pelo tempo que durar; mas, mesmo que se esteja apenas parcialmente assim, parece que os membros estão sobrecarregados com chumbo quando tentamos movê-los. Contudo, fui bem-sucedida, e a minha mão entrou em contacto com um objeto fofo e peludo. Também, com um esforço, consegui perguntar: — *É a Ching?* — O esforço para me mover e falar foi tão grande que logo perdi o poder de o fazer, e caí num estado cataléptico

mais profundo. O meu braço e mão caíram de novo para trás, e todos os membros se enrijeceram.

À medida que isto acontecia, tornei-me consciente de que o meu corpo etérico se estava a mover ligeiramente para fora do meu físico, e percebi que a minha consciência estava a começar a operar em ambos os corpos simultaneamente. Expliquei num capítulo anterior que este fenómeno pode ter lugar sob certas condições, especialmente quando este estado de catalepsia está presente.

Embora o meu corpo físico estivesse deitado sobre o seu lado esquerdo, voltado para a lareira, a qual eu conseguia ainda ver distintamente, conseguia agora ver, com igual claridade, os pés e o lado direito da cama (para os quais as minhas costas físicas estavam voltadas), e parte do quarto que estava vedada ao meu alcance de visão física.

Uma característica curiosa destas circunstâncias é que a pessoa parece ver os objetos etéricos com quase a mesma — ou apenas ligeiramente mais — claridade com que vê os físicos; o que está em grande contraste com a vivacidade com que se veem os objetos circundantes quando se está inteiramente dissociado do físico.

A escuridão do quarto parece afetar a visão etérica quase na mesma extensão em que afeta a física. Isto, penso eu, pode dever-se inteiramente à condição cataléptica que limita a faculdade da visão no corpo etérico enquanto este está tão estreitamente associado ao homólogo físico. Como se está a ver em ambos os corpos simultaneamente, pode bem ser que a quantidade de consciência da visão seja reduzida a metade. Como digo, isto é habitualmente mais notório quando o sujeito se encontra num estado de catalepsia total ou parcial, o qual tenho considerado habitual quando a força nos está a ser retirada pelos operadores etéricos a fim de produzirem alguma manifestação definida no plano físico.

Assim que me dei conta de que a minha faculdade de visão estava a operar no meu corpo etérico, e de que conseguia ver e sentir sem

mover o meu corpo físico, abandonei todo o esforço e preparei-me para observar cuidadosamente tudo o que pudesse acontecer.

Aos pés da cama vi o meu marido de pé. Ele estava a observar com grande interesse as tropelias do objeto em movimento sobre a minha cama. Agora eu podia usar o meu braço etérico, e coloquei-o sobre o objeto peludo, e reconheci imediatamente a forma da minha pequena pequenês. Passei a minha mão etérica sobre a cabeça, dorso e por baixo do seu peito.

Quando ela percebeu que eu o estava a fazer, quase enlouqueceu de contentamento. Ela mergulhava, e saltava, e rebolava. Ao rebolar-se na minha mão, senti que ela pesava quase o mesmo que na sua vida terrena. O pelo macio e sedoso no seu peito, e as orelhas longas e caídas eram os mesmos. Lembrei-me de como, há muito tempo, ela costumava dar pinotes e rebolar-se na minha mão enquanto eu tentava acariciá-la quando acordava de manhã, e ela sabia que finalmente tinha chegado o momento em que eu lhe falaria e lhe tocaria de novo após o silêncio da longa noite.

Durante este tempo conseguia ver tanto o meu marido como o cão e, embora a luz vinda da janela fosse ténue, notei que havia uma espécie de clarão ténue e luminoso na vizinhança do corpo do meu marido, e no do cão. Enquanto a afagava, o meu marido respondeu à pergunta que eu tinha feito quando tentei tocar-lhe pela primeira vez, dizendo: — *Sim, é a Ching*, — como se tivesse receio de que eu duvidasse da evidência dos meus próprios sentidos a menos que ele me assegurasse de que era realmente assim.

Como sempre, após uma tal experiência, senti-me confortada e acalmada. Não procurei prolongar a experiência mas, pedindo mentalmente uma bênção para o meu marido e para a Ching, e dando graças sinceras pela dádiva inestimável da sua visita a mim, abandonei então o controlo consciente do meu corpo etérico e, após um momento ou dois de reflexão tranquila no meu corpo físico sobre tudo o que tinha acontecido, afundei-me num sono profundo, reparador e sem sonhos até que a manhã chegou.

CAPÍTULO 23

IMPORTANTE CONFIRMAÇÃO CIENTÍFICA

Na parte inicial deste presente ano — 1937 —, um relato dos mais importantes de uma experiência "fora do corpo" foi lido por ninguém menos do que Sir Auckland Geddes perante os Membros da Royal Medical Society. Foi por ocasião do bicentenário dessa Sociedade, e foi integralmente registado no *The Scotsman* e também na edição do *The Edinburgh Medical Journal* de junho de 1937. Este relato continha uma confirmação notável de muitas das minhas próprias experiências, algumas das quais já vos relatei, mas uma — a manifestação culminante e mais edificante que alguma vez surgiu no meu caminho — reservei-a para um capítulo posterior deste livro.

Sir Auckland Geddes descreveu o documento que leu como sendo a experiência de um homem que tinha passado pelos próprios portais da morte, e mantido a sua plena consciência enquanto fora do seu corpo; e, quando o tratamento médico forçou o seu corpo etérico a regressar ao físico, ele trouxe de volta uma memória completa e detalhada de tudo o que tinha visto e feito no etérico. O relato foi imediatamente registado por uma secretária habilitada. Sir Auckland Geddes disse que a existência do registo tinha sido conhecida por alguns dos professores na Sociedade, mas solicitou que quem quer que soubesse a quem esta estranha experiência tinha acontecido respeitasse o anonimato e o segredo profissional sob os quais a comunicação estava velada.

Sir Auckland procedeu então à leitura do seguinte excerto do relato:

No sábado, 9 de novembro, escassos minutos após a meia-noite, comecei a sentir-me muito doente e, pelas 2 horas, estava decididamente a sofrer de gastroenterite aguda, que me manteve com vômitos e evacuações até por volta das 8 horas... Pelas 10 horas tinha desenvolvido todos os sintomas de envenenamento muito agudo: dor gastrointestinal intensa, diarreia; com o pulso e as respirações a

tornarem-se completamente impossíveis de contar. Quis tocar a campainha para pedir assistência, mas verifiquei que não conseguia e, por isso, de forma bastante plácida, abandonei a tentativa. Percebi que estava muito doente e, de forma muito rápida, revi toda a minha posição financeira; dali em diante, em momento algum a minha consciência me pareceu estar de qual quer modo obscurecida, mas percebi subitamente que a minha consciência se estava a separar de outra consciência, que era também eu.

Estas, para fins de descrição, poderíamos designar por consciência A e B e, ao longo do que se segue, o ego vinculou-se à consciência A. A personalidade B reconheci-a como pertencendo ao corpo e, à medida que a minha condição física piorava e o coração estava antes em fibrilação do que a bater, percebi que a consciência B pertencendo ao corpo estava a começar a mostrar sinais de se tornar compósita, isto é, construída a partir da "consciência" da cabeça, do coração, das vísceras, etc.

Estes componentes tornaram-se mais individuais, e a consciência B começou a desintegrar-se, enquanto a consciência A, que era agora eu, parecia estar completamente fora do meu corpo, o qual conseguia ver. Gradualmente percebi que conseguia ver não apenas o meu corpo e a cama em que este estava, mas tudo em toda a casa e no jardim, e depois percebi que estava a ver não apenas "coisas" em casa, mas em Londres e na Escócia, na verdade para onde quer que a minha atenção fosse direcionada, assim me parecia; e a explicação que recebi, de que fonte não sei, mas que dei comigo a chamar a mim própria de o meu mentor, era a de que eu estava livre numa dimensão temporal do espaço, na qual o "agora" era de algum modo equivalente ao "aqui" no espaço tridimensional comum da vida quotidiana. A seguir percebi que a minha visão incluía não apenas "coisas" no mundo tridimensional comum, mas também "coisas" nesses locais de quatro ou mais dimensões em que eu me encontrava.

Dali em diante, a descrição é e deve ser inteiramente metafórica, porque não existem palavras que descrevam realmente o que vi, ou antes, o que percebi. Embora não tivesse corpo, tinha o que parecia ser

uma visão binocular perfeita, e o que vi só pode ser descrito desta maneira: eu estava consciente de uma corrente psíquica que fluía com vida através do tempo, e isto dava-me a impressão de ser visível, e parecia-me ter uma iridescência particularmente intensa.

Compreendi através do meu mentor que todos os nossos cérebros são apenas órgãos terminais que se projetam, por assim dizer, do universo tridimensional para a corrente psíquica, e que fluem com ela para a quarta e quinta dimensões. Ao redor de cada cérebro, tal como o vi, parecia haver o que apenas posso descrever em palavras comuns como uma condensação da corrente psíquica, a qual se formava em cada caso como se fosse uma nuvem; só que não era uma nuvem.

Enquanto eu estava justamente a perceber isto, o mentor que me transmitia a informação explicou que a quarta dimensão estava em tudo o que existia no espaço tridimensional e, ao mesmo tempo, tudo no espaço tridimensional existia na quarta dimensão, e também na quinta dimensão; e eu, na altura, compreendi de forma bastante clara o que se pretendia dizer, e compreendi perfeitamente como o "agora" no universo tetradimensional era exatamente o mesmo, para todos os efeitos, que o "aqui" num universo tridimensional — isto é, um ser tetradimensional estava em toda a parte no "agora", tal como a pessoa está "em toda a parte" no "aqui" numa visão tridimensional das coisas. Percebi então que eu própria era uma condensação, por assim dizer, na corrente psíquica, uma espécie de nuvem que não era uma nuvem, e a impressão visual que tive de mim própria era azul.

Gradualmente comecei a reconhecer pessoas, e vi a condensação psíquica ligada a A, B, C, D, E, F e a um número considerável de homens que eu conhecia, especialmente a G e H. Além disso, vi um número considerável de pessoas que eu sei que tinham muito pouca condensação psíquica de todo ligada a elas. Em acréscimo àquelas que acabo de mencionar, vi a "I" de forma muito clara, e ela também dava uma impressão visual de azulado.

O "A" dava púrpura e vermelho escuro; o "B" cor-de-rosa; o "D" um cinzento-castanho bastante indefinido; o "E" perolado; e o "F" cor

de alperce; o "G" era decididamente castanho. Cada uma destas condensações variava de todas as outras em volume, nitidez de contorno e aparente solidez. Justamente quando eu começava a apreender tudo isto, vi a "A" entrar no meu quarto; percebi que ela apanhou um choque terrível e vi-a apressar-se para o telefone; vi o meu médico deixar os seus pacientes e vir muito rapidamente, e ouvi-o dizer, ou vi-o pensar: "Ele está quase a partir". Ouvi-o de forma bastante clara a falar comigo na cama, mas eu não estava em contacto com o corpo e não lhe conseguia responder. Fiquei realmente zangado quando ele pegou numa seringa e injetou rapidamente o meu corpo com algo que mais tarde soube ser canfora. À medida que o coração começou a bater mais fortemente, fui puxado de volta, e fiquei intensamente incomodado, porque estava tão interessado e justamente a começar a compreender onde estava e o que estava a "ver".

Regressei ao corpo realmente zangado por ser puxado de volta e, uma vez de regresso, toda a claridade de visão de tudo e de todos desapareceu, e fiquei apenas possuído por um vislumbre de consciência que estava inundado de dor. É surpreendente notar que este sonho, visão ou experiência não mostrou qualquer tendência para se desvanecer como um sonho se desvaneceria, nem mostrou qual quer tendência de que eu esteja ciente para crescer ou para se racionalizar como um sonho faria.

Penso que a coisa simplesmente significa que, se não fosse por um tratamento médico de um tipo particularmente pronto e vigoroso, eu estava morto para o universo tridimensional. Se assim é, e se, de facto, a experiência de libertação da consciência no universo tetradimensional não é imaginação, é um assunto da maior importância para colocar em registo. Desde o meu regresso com as injeções não tinha havido repetição de qual quer sorte ou tipo da experiência ou da clara compreensão que eu parecia ter enquanto estava livre do corpo.

— *Assim terminou o relato,* — disse Sir Auckland.

— O que devemos nós extrair daqui? — perguntou ele. — De uma única coisa podemos estar perfeitamente certos. Não é uma farsa. Sem a certeza disto eu não o teria trazido à vossa atenção. Mas terá sido um sonho, ou registrará uma visão simbólica de um aspeto da realidade traduzido em palavras adequadas? Não sei. Qual quer que tenha sido ou o que quer que tenha sido, fornece-nos um esquema que ajuda a tornar imagináveis para as nossas mentes coisas de outro modo difíceis de apreender. Primeiro, ajudou-me a definir a ideia de um contínuo psíquico estendido no tempo como uma rede plásmica.

Faz mais; fornece um fundo compreensível para a paleontologia da alma de Jung, e parece lançar uma torrente de luz sobre o significado dos abismos da alma descobertos pelo método de Freud. Traz a telepatia, a clarividência, o espiritismo e, na verdade, todas as manifestações parapsíquicas para o domínio do imaginável. Também fornece um fundo de aparência racional para tais ideias da alma grupal ou nacional e para uma conceção como a atmosfera psíquica. Mas, o mais importante, torna a ideia da unidade da vida inteira do corpo e da alma muito mais simples de apreender.

— Naturalmente, — acrescentou Sir Auckland Geddes, — eu não imagino que exista uma corrente psíquica visível, mas acredito de forma bastante categórica que o relato que li apresenta em palavras um aspeto do ser e das relações complicadas do Homem, tal como estes foram simbolizados na mente de um homem à beira da morte. As nuvens de personalidade, que não eram nuvens, como diz o relato, mostram quão inaptas são as palavras comuns para descrever esta aventura em, ou sonho de, um mundo desconhecido para os nossos cinco sentidos. Pessoalmente, encaro o relato como uma valiosa impressão simbólica do corpo-alma de um homem à medida que este se desintegra na morte, e da existência de uma rede psicoplásmica racial estendida no tempo.

Existe um ponto importante que devemos notar antes de eu passar adiante. Não existe absolutamente nada no relato que seja metafísico. Toda a aventura, a sê-lo, teve lugar no plano da natureza. É assim para ser nitidamente distinguida dos relatos das aventuras

espirituais dos místicos. Estas pertencem ao plano do espírito, que é sobrenatural.

Eu não compreendo por que razão Sir Auckland Geddes pensa que esta experiência particular é para ser "nitidamente distinguida das aventuras espirituais dos místicos", porque estas pertencem "ao plano do espírito, que é sobrenatural". À minha mente, parece evidente que muitas das "aventuras espirituais" dos místicos foram provavelmente experiências vulgares "fora do corpo" tais como a que Sir Auckland relatou, embora nalguns casos a pessoa pudesse ter justificação em classificá-las como metafísicas ou "espirituais", porque os factos reais relativos ao que o sujeito tinha visto enquanto fora do seu corpo podem ter sofrido a interferência ou o complemento de matéria de sonho durante essa etapa difícil em que o corpo etérico procura reocupar o físico e se esforça por estabelecer a consciência nele. Por outro lado, existem muitos registos de experiências "fora do corpo" que foram trazidos de volta intocados e não corrompidos por qual quer matéria imaginária. Submeto respeitosamente que Sir Auckland Geddes está errado ao encarar esta aventura particular como única. Existem muitos registos autenticados assim nos anais da ciência psíquica, mas é provavelmente a primeira vez que uma tal experiência é trazida abertamente perante um organismo como a Royal Medical Society.

Na mesma ocasião em que leu o relato precedente, Sir Auckland referiu-se à área até agora incompletamente explorada do ser do Homem. Ele observou que — *os estudantes de medicina aprendiam alguma zoologia, física, química, anatomia, fisiologia, patologia, etc., etc., mas nunca lhes era dada uma oportunidade de estudarem sistematicamente o homem como um todo.*

— *Além do seu conhecimento científico do homem residia uma área incompletamente explorada na qual aconteciam coisas importantes sem causa física descobrível. Mas todos eles se tinham tornado tão seguros de que a ciência era a única porta para o conhecimento que tendiam a ignorar as formas mais antigas de abordagem. Se conseguissem despertar de novo o sentido de*

maravilhamento sem entraves, o qual nos dias do Renascimento deu nascimento à própria ciência, deveriam fazer novas partidas ao longo de novas linhas; mas pelo tempo que corria, e por mais um pouco, a ciência era a rainha da mente. O registo e a realização brilhantes da ciência mostravam quão rico tinha sido o prémio ganho para cada um deles pela curiosidade disciplinada, mas isso não lhes devia obscurecer o facto de que hoje a ciência estava a correr para becos sem saída dos quais só poderia emergir ao escapar do contacto directo com a compreensão humana.

Eles não conseguiam apreender o homem como um todo. Isto não significava que fosse impossível melhorar a sua compreensão. Pelo contrário, uma vez tendo cessado de temer o que lhes parecia não racional, e reconhecido que a razão humana não conseguia apreender toda a realidade, podiam passar a saber muito sobre ele. O corpo-alma de um homem era apenas a casa em que o seu eu real vivia. O homem era também um espírito, e este espírito de algum modo se tinha tornado um parceiro no corpo-alma, fazendo a fórmula esquemática do homem: corpo-alma-espírito. —

CAPÍTULO 24

A LUZ QUE NUNCA FALHA

No penúltimo capítulo mencionei o clarão luminoso que rodeava o corpo etérico do meu marido e do cão quando eles me visitaram; também o facto de a aura de uma pessoa viva exibir uma qualidade mais ou menos radiante que parece oscilar de acordo com a saúde ou o estado emocional do indivíduo. Julgando por tudo o que tenho ouvido de fontes fidedignas, e pelo que eu própria tenho visto, acredito que quanto mais altamente evoluída for a alma (significando a mente, a personalidade e o carácter da pessoa), mais brilhante será a emanção de luz do corpo etérico.

Esses estudantes do assunto que aprenderam como se tornar conscientes de — e em — ambos os corpos, e conseguem exteriorizar o etérico e contactar outros planos e seres, exibem indubitavelmente

um maior grau de luz na aura do que as pessoas que estão tão "fixadas" nos seus corpos físicos (seja por falta de iniciativa em assuntos psíquicos ou por dúvidas quanto à possibilidade de alcançar o sucesso pessoal em qual quer esforços que pudessem realizar em tais direções) que nunca exteriorizam ou funcionam no etérico de todo sob condições normais.

Pelo funcionar no etérico, não me refiro ao mero ato de projeção, o qual nada é em si mesmo, não conduz a lado nenhum e é simplesmente um meio sem um fim. Como já foi declarado, este pode ter lugar e tem lugar sob o choque e a tensão de um acidente, de uma explosão ou enquanto sob a influência de um anestésico. O ponto crucial é: que uso fazemos dos nossos poderes nesta direção?

Se assim o desejarmos, podemos aprender muito, tanto no astral como no nosso próprio plano físico, porque a faculdade de afrouxar o etérico — corretamente compreendida e usada — conduz a uma maior sensibilidade.

Se esta sensibilidade nos torna abertos a sugestões destrutivas, ou a ideias esperançosas, iluminadoras e construtivas, depende inteiramente da nossa força de vontade e liberdade de escolha, as quais todos temos o poder dado por Deus de usar ou não usar, de acordo com os nossos desejos. Se estamos a procurar a verdade nas nossas investigações, encontrar-nos-emos a reagir a, e a atrair, os pensamentos que são os melhores para nós.

Li algures, mas não sei o nome do autor, as seguintes palavras:

Procura a verdade em todos os tempos; não te humilhes com as coisas falsas do mundo. A verdade conduz para cima, a inverdade para baixo. A verdade mantém parentesco com Deus, a inverdade pertence ao Maligno. A verdade é aberta como o dia, e a sua presença é luz e alegria, ao passo que a falsidade reina na escuridão e na desonra. Luta contra o erro e o mal; não te deixes desviar por cada vento que sopra, mas sê forte no propósito e segura firmemente a mão da Verdade; ela provar-se-á um guia fiel.

Todos os chamados dons psíquicos, tais como a clarividência, a clarividência auditiva, o falar ou escrever inspirados, manifestam-se mais fortemente num indivíduo cujo corpo etérico se afrouxa facilmente do físico. Um grau excessivo de afrouxamento pode carregar consigo certas desvantagens ou perigos. Algumas autoridades no assunto acreditam que um uso ignorante e indiscriminado de uma tal faculdade conduziria a muitos problemas mentais e físicos, particularmente à epilepsia.

Saber que se pode usar um certo poder ou coisa, e escolher usá-lo bem, é uma bela realização em si mesma, penso eu.

O Sócrates disse:

Não existe diferença entre o conhecimento e a temperança; pois aquele que conhece o que é bom e o abraça, que conhece o que é mau e o evita, é douto e temperante; mas aqueles que conhecem muito bem o que se deve fazer e, no entanto, fazem o oposto, são ignorantes e estúpidos.

Estar satisfeito com o mero comer e beber, e com as condições materiais da vida, não nos leva a distância alguma na estrada para o progresso. Não importa quão atraentes e confortáveis os nossos arredores possam ser, não devemos estagnar neles e, assim, falhar no estendermo-nos para as belezas mais elevadas mas mais subtis que residem justamente além do alcance comum dos nossos sentidos físicos. Isto está tão bem expresso nas seguintes palavras:

Tu não podes descansar em nenhuma coisa bela, Tu, que foste formado para procurar e para aspirar; Pois nenhum cumprimento dos teus sonhos pode trazer A resposta ao teu desejo sem medida. A beleza do mundo redondo e verde não é Da essência do mundo; bem no interior do céu Os matizes que tornam a bolha brilhante são lavrados; A bolha rebenta; a luz nunca pode morrer.

L. LARCOM.

Tantos escritores e pensadores do passado parecem ter sido inspirados a usar a ideia de brilhantismo, luz, cor ou fulgor ao

descreverem condições, pessoas ou objetos do Outro Mundo. Eles obtiveram a ideia mental de um facto objetivo real. Os corpos etéricos daquelas almas que deixaram permanentemente o plano terreno — os chamados mortos — são estranhamente brilhantes quando a pessoa os vê em contraste com os tons mais escuros e baços do mundo físico. Quando eles estão a viver no seu próprio plano natural, os seus corpos estariam mais em harmonia com a atmosfera e a paisagem circundantes. Toda a aparência geral os planos astrais mais elevados é consideravelmente mais leve do que a da terra, como vos descreverei num capítulo posterior.

Mais uma vez, se a alma de uma pessoa que continua a viver no corpo físico, mas se aproxima da morte, se exterioriza e se torna visível a qual quer outra pessoa na terra, esta é vista como sendo extremamente radiante. Por vezes, este fulgor real é a única indicação de que um visitante astral (quer seja ainda da terra ou de um plano mais elevado) está presente; a própria forma real não é vista.

Muitas pessoas que não consideram possuir poderes psíquicos veem raios, feixes ou bolas de luz inequívocos, para os quais não encontram explicação.

Trata-se habitualmente de emanações vindas de um corpo etérico independente. A aparição da luz dura por vezes apenas um segundo ou dois. Penso que a duração, bem como o tamanho e a intensidade da luz, dependem de alguma fusão momentânea da essência magnética tanto do visitante astral como do observador.

No meu próprio caso, e de acordo com as experiências que me foram relatadas por testemunhas fidedignas, as manifestações de luz mais longas e marcantes aconteceram-me justamente quando estava a acordar do sono, sabendo que o meu astral estava ligeiramente exteriorizado, embora estivesse mentalmente a funcionar de forma consciente e clara no meu corpo físico.

Numa ocasião, quando estava hospedada em casa de um amigo, acordei e senti a minha atenção ser atraída para o lado direito do quarto. Ali vi uma luz das mais brilhantes que, enquanto eu olhava

para ela, procedeu a dividir-se em centenas de raios separados, os quais se arquearam de uma forma das mais graciosas e simétricas até cerca de oito ou dez pés de altura, jogando como uma bela fonte de fogo dourado durante pelo menos cinco minutos.

Fiquei deitada a observar a cena, fascinada pela sua beleza. Diminuiu gradualmente, exatamente como se tivesse sido animada por alguma força que tivesse "se esgotado", como uma bateria. Senti que era uma manifestação da presença de uma alma "desprendida", de alguém que estava prestes a morrer. Na verdade, penso que eu própria tinha estado completamente exteriorizada enquanto dormia, e que tinha estado tanto com o meu marido como com esta outra pessoa, que era um trabalhador dedicado em assuntos espirituais e psíquicos, e tanto ele como eu sabíamos então que a sua alma se preparava para a partida das condições terrenas. Na altura, isto não passou de uma impressão psíquica da minha parte, mas provou-se muito em breve ser correta por outros acontecimentos que se seguiram rapidamente, culminando na morte deste amigo pouco tempo após esta demonstração.

Noutra ocasião, na minha própria casa, estava a dormir no rés-do-chão num quarto com acesso ao jardim. Um dos lados do quarto é inteiramente de vidro, pelo que se obtém uma boa vista do jardim.

Uma noite acordei com o sentimento familiar de que tinha acabado de regressar de alguma experiência astral, e dei comigo deitada com o rosto voltado para a janela, no exterior da qual se encontra uma grande árvore de álamo, a cerca de seis pés de distância. Para meu espanto, o centro e vários dos ramos estavam iluminados por uma exibição das mais vívidas e deslumbrantes de muitas luzes. Voltei a cabeça para este e para aquele lado para ver se existia alguma razão "normal" para o fenómeno, tal como os faróis potentes de um carro na marginal, mas não havia nada que o justificasse. Enquanto eu olhava, as luzes cresceram em brilhantismo até o efeito se assemelhar ao da bem-conhecida e popular "Chuva de Ouro" num espetáculo de fogo-de-artifício.

Continuou por vários momentos e era um deleite de contemplar. Tal como nas anteriores manifestações de tipo semelhante, extinguiu-se gradualmente, como se a "vida" dela tivesse sido retirada. De novo me assaltou o sentimento de que era o prenúncio de outra passagem de uma alma evoluída e progressiva, o que veio a provar-se verdadeiro. Aconteceu escassos dias mais tarde.

CAPÍTULO 25

MAIS SOBRE A LUZ

De acordo com muitos escritores e autoridades no assunto, os raios e correntes de luz são frequentemente visíveis no preciso momento da morte — ou justamente antes dela. O Andrew Jackson Davies apresenta exemplos neste sentido nos seus escritos, e eu tive uma vez a oportunidade de testemunhar uma demonstração inequívoca deste género no caso de um parente por afinidade que estava a passar para o Outro Lado.

Este parente era um homem de setenta e seis anos que tinha sido extremamente ativo toda a sua vida. Embora sofresse de problemas cardíacos e de outras complicações há alguns anos, estava habitualmente a fazer algum trabalho ao redor da sua casa ou jardim; na verdade, esteve a fazê-lo até escassos dias antes da sua passagem.

A 7 de janeiro, instalaram-se algumas complicações de natureza difícil e o médico assegurou à família que, à medida que o paciente se aproximasse da sua passagem, seria necessário ter cuidados e assistência de enfermagem especializados, e aconselhou-os vivamente a enviá-lo para uma casa de saúde. Agindo sob este conselho, eles concordaram; uma ambulância chegou rapidamente e transportou-o para uma casa de saúde local, a uma curta distância a pé da casa deles.

A família (a sua esposa inválida e três filhas) podia visitá-lo frequentemente durante o dia, mas estavam um tanto perturbadas com a ideia de o deixar sozinho (exceto pela enfermeira da noite na instituição) durante toda a noite, pois toda a sua vida ele estivera

habitado a que a sua esposa dormisse no mesmo quarto, e à certeza de que a sua filha mais velha estava ao alcance de um chamamento fácil e estaria com ele a qual quer momento. Uma das filhas sofria ela própria de problemas cardíacos, outra estava a recuperar de uma indisposição; a terceira tinha de cuidar da mãe e de uma cunhada que tinha sido extremamente prestável e não se encontrava muito bem.

Tive a forte impressão de que devia pedir permissão para estar com o paciente durante as noites até ele passar para o Lado de Lá. Senti que o meu marido, que era irmão do paciente, desejaria que eu estivesse com ele durante as noites até à sua passagem, para que, quando chegasse a altura, eu o pudesse ajudar da mesma maneira que tinha ajudado o meu marido, caso ele passasse durante a noite. Tinha a forte convicção de que ele o faria, e senti que confortaria a sua família saber que ele tinha alguém que conhecia consigo, e que lhes contaria exatamente como ele passou.

Por isso, pelas 22h00 da noite de 9 de janeiro de 1936, cheguei à casa de saúde. Um vendaval terrível assolava a região; caíam torrentes de chuva e o vento soprava com uma força tremenda.

A freira encarregada tinha-me dito nessa tarde que poderia demorar uma semana até o meu cunhado passar, e sugeriu que eu adiasse o velar a noite com ele para mais tarde. Muito naturalmente, eles não acolhiam com agrado a ideia de pessoas estranhas estarem na instituição toda a noite. Obviamente que algumas pessoas poderiam tornar-se um incómodo, mas assegurei-lhes que não seria um estorvo de forma alguma, pelo que colocaram amavelmente uma poltrona à minha disposição, onde me podia sentar a cerca de cinco pés de distância do paciente e observá-lo com a ajuda de uma boa claridade vinda de um candeeiro elétrico de mesa sobre a prateleira da lareira.

Quando cheguei, ele estava apenas parcialmente consciente, mas pareceu perceber que eu estava presente. Tinha uma cor rosada e saudável no rosto, cabeça, pescoço e corpo, e os seus pés estavam agradáveis e quentes.

Agindo sob impressões decorrentes de experiências anteriores, eu tinha decidido não tentar procurar qual quer fenômeno possível, mas sim "transmitir" energia para o paciente de todas as formas, em vez de gastar qual quer força eu própria.

Dei-lhe minúsculos goles de água numa colher de chá e limpei-lhe a boca com a mistura de glicerina e mel que tinha trazido comigo já preparada, exatamente como fizera no caso do meu marido. Isto e a água confortaram-no evidentemente, pois ele sorria ligeiramente de cada vez e suspirava contente. Entre o fazer isto, sentava-me na poltrona, voltada para ele de lado, de onde podia observar cada expressão.

Mentalmente, chamei por três amigos médicos na Vida Espiritual; os três que me ajudaram na passagem do meu marido. Pedi-lhes que ajudassem a assistir o corpo etérico a retirar-se do físico de forma suave e pacífica.

Por volta da meia-noite, tornei-me fortemente consciente da presença desses amigos médicos. Não os vi, mas sabia que estavam ali. A cada hora, a enfermeira que estava de serviço noturno na instituição entrava nas suas rondas e olhava para o paciente. O vendaval estava a diminuir e havia paz e quietude no quarto. Ocasionalmente, o paciente movia-se ligeiramente para uma posição mais confortável, mas de resto parecia estar alheado de, e não perturbado por, o seu redor. A sua respiração continuava regular, embora um tanto pesada, e a sua cor boa.

Entre o atender às suas necessidades físicas e o ajustar os lençóis da cama de acordo com a sua temperatura, mantive persistentemente o pensamento de paz e esperança sobre ele, pensamentos que estão tão bem expressos nos versos de Adelaide A. Procter:

Criança, não temas, Alcançaremos o nosso lar esta noite, Pois o céu está limpo, E as águas brilhantes; E as brisas mal têm força Para desdobrar aquela pequena nuvem, Que como uma mortalha Estende o seu comprimento felpudo: Então não tenhas medo.

Pouco depois das 4h00, fui sentar-me na poltrona junto à lareira. Por volta das 4h05 ou 4h10, vi — de forma clara e objetiva — uma corrente brilhante de luz jogar entre a cabeça e os pés do paciente.

Esta corrente ou linha de luz era de uma cor vermelha-dourada e muito vívida. Poderia ser comparada à cor de um relâmpago bifurcado quando visto ao longe sobre o mar. Era um tanto arqueada na forma, como um crescente, mas o arco não era tão acentuado. As extremidades da corrente de luz não pareciam estar ligadas à cabeça e aos pés físicos, mas a algo invisível para mim, que parecia estar cerca de seis ou oito polegadas imediatamente acima da cabeça e dos pés físicos. A "corrente" parecia estar viva, exatamente como o Andrew Jackson Davies a descreveu, como se animada por uma corrente de eletricidade vital.

Fui capaz de a observar durante cerca de trinta ou quarenta segundos. Depois disso desvaneceu-se, pelo que me levantei e me dirigi para a cama. O paciente continuava a respirar naturalmente como antes. Senti-me impulsionada a não tocar no corpo na região em que a luz tinha estado a jogar (ele estava deitado de costas) mas, ao colocar a minha mão cuidadosamente por baixo dos lençóis de lado, assegurei-me de que as suas ancas, pernas e pés estavam confortavelmente quentes.

Sentei-me novamente e, às 4h45, notei que a parte do quarto em que a cama se encontrava ficou envolta numa espécie de névoa, de modo que ficou isolada ou vedada do seu redor, formando uma espécie de pequeno mundo próprio. A borda exterior da névoa era grosseiramente circular na forma. Estava mais límpida no centro, imediatamente ao redor do paciente, tornando-se depois mais densa em direção à borda. Era um tanto como olhar para uma cena através de uma janela circular ou de uma vigia.

O espaço limpo dentro da névoa estava iluminado pelo clarão luminoso que já mencionei várias vezes antes e, dentro desta parte mais clara, encontravam-se várias formas humanas. Provavelmente o clarão era produzido pelas emanações vindas desses corpos astrais.

Um deles estava muito perto da cama, entre mim própria e o paciente. Parte da cama estava obscurecida pela forma, que parecia ser opaca.

A figura e o rosto estavam de costas para mim, mas parcialmente voltados para a direita, de modo que vi o perfil. Era o de uma rapariga de cerca de dezoito anos de idade. Estava vestida de uma maneira antiquada, por volta da época de 1880, deduzi. Usava um vestido cinzento ou cor de alfazema, com um ligeiro efeito de anquinhas e folhos profundos na saia. O corpete estava moldado de forma justa à sua figura, que era extremamente esguia. Ela estava inclinada sobre o paciente de uma maneira atenta e expectante.

(Depois, os parentes do paciente disseram-me que esta era a sua irmã, que morreu com a idade de dezoito anos, e a quem eu nunca tinha visto.)

Esta visão durou cerca do mesmo tempo que a corrente de luz, depois desapareceu. Permaneci sentada na minha cadeira; o paciente continuava a respirar. Depois, subitamente, uma quietude estranha rastejou para dentro do quarto. A pessoa não a consegue descrever. É como uma suspensão completa de tudo, como se toda a vida estivesse parada por alguns momentos. Durante este período, ouvia a respiração a continuar, mas esta quietude extraordinária continuava a persistir. Tinha-a notado numa ocasião anterior enquanto vigiava uma pessoa moribunda.

Levantei-me e coloquei-me junto à cabeceira da cama novamente. A respiração parou, muito subitamente, mas com absoluta facilidade. Não houve arquejo ou sinal do mais ligeiro desconforto; simplesmente uma retirada. A pessoa não conseguia pensar nisso de qual quer outra forma. Não parecia "morte", isto é, como muitas pessoas visualizam a morte quando pensam nela como um processo difícil ou doloroso, mas eu sabia que ele tinha cessado de funcionar no seu corpo físico.

Não chamei a enfermeira imediatamente, pois senti-me impulsionada a falar de forma tranquila com ele, dizendo-lhe para se dissociar do físico e entregar-se inteiramente ao cuidado dos Amigos-

Espíritos que estavam ao seu redor, com absoluta confiança. Depois chamei a Enfermeira e, juntas, prestámos as últimas atenções físicas ao corpo abandonado que ficara para trás. Durante todo o tempo mantive os pensamentos de paz e bem-estar positivamente na minha mente.

Permitam-me dizer aqui que sinto ser uma ajuda muito grande para o espírito que parte (que pode não ter desembaraçado inteiramente o seu novo corpo do antigo, e que pode estar consciente até certo ponto de influências e personalidades ao seu redor) se alguma pessoa familiar e de confiança cuidar de, ou assistir nessas atenções pós-morte chamadas "amortalhamento", as quais têm por necessidade de ser realizadas tão rapidamente após a morte ter ocorrido.

Sei que algumas pessoas olham para isso como uma tarefa desagradável ou até estranha, mas seguramente que qual quer ação, qual quer serviço que possa dar conforto a outra alma numa mudança ou crise importante deveria ser olhado como um privilégio, uma coisa de beleza, uma oportunidade para servir; e que melhor altura existe do que nessa maior mudança de todas, a "última volta da estrada", a qual, como o Horatius Bonar disse, conduz

Aonde a ferida oculta é curada, Aonde a vida murcha floresce de novo, Aonde o coração ferido a frescura Da sua juventude vibrante retoma; Aonde o amor que aqui esbanjamos Nas folhas murchas do tempo, Terá flores que não murcham para fixar-se

Num clima sempre brilhante de primavera; Aonde encontramos a alegria de amar, Como nunca amámos antes, Amando continuamente, sem arrefecer, sem entraves, Amando uma vez e para sempre; Irmão, encontrar-nos-emos e descansaremos No meio do sagrado e do bendito!

Devo confessar que fui tentada a omitir os últimos dois versos, porque não quero descansar demasiado "do Lado de Lá", e espero não encontrar apenas o "sagrado e o bendito", a menos que a sua "santidade" tenha sido diluída com um sentido de humor, um espírito

de alegria e até de diversão, tal como tantos dos nossos Amigos-Espíritos nos asseguram que possuem e o qual, após experienciar muitos anos de comunicação entre os dois mundos, acredito ser verdade.

Desde que tive a oportunidade que acabo de registrar de testemunhar a exibição de luz radiante justamente antes da morte, tenho ouvido de várias pessoas que elas observaram em grande parte o mesmo fenómeno durante a dissociação dos corpos físico e etérico.

CAPÍTULO 26

UMA EXPERIÊNCIA MARAVILHOSA

Após ter feito várias excursões ao Mundo Astral durante o sono, e realizado outras exteriorizações de curta distância enquanto acordada, chegou até mim a aventura culminante — a experiência mais convincente e satisfatória de toda a minha vida.

Nunca nos meus sonhos mais selvagens tinha ousado esperar uma revelação tão maravilhosa desse mundo que reside além da visão e audição normais da nossa existência terrena. Desde a morte do meu marido em fevereiro de 1935, eu tinha orado diariamente, de manhã e à noite, para que me fosse permitido — um dia — visitar o lugar, localidade, condição — chamem-lhe o que quiserem — no qual o meu marido agora habitava, trabalhava e vivia a sua vida separado de mim. Sim, "separado" é a palavra que a pessoa é compelida a usar quando se refere à separação pela morte no sentido "corporal". Não importa quão grande possa ser a crença da pessoa no Mundo Invisível, a ausência de provas objetivas constantes da presença do ente querido é frequentemente uma grande tensão até para a fé mais inabalável.

Orei para que uma tal bênção me fosse concedida uma vez, e para que, se a vontade de Deus o permitisse, eu descansasse contente na memória do que quer que visse ou ouvisse pelo resto da minha vida na terra. Como digo, orei continuamente para que isto acontecesse. Vários meses se passaram e continuava a enviar a mesma prece.

"Senhor, se for de acordo com a Tua vontade, e apenas assim, deixa-me ver o meu marido no seu próprio plano, na sua condição natural presente; essa condição ou lugar para onde Te aprouve chamá-lo. Deixa-me vê-lo como ele realmente É, e não pedirei mais. Continuarei com quaisquer tarefas terrenas que surjam no meu caminho, feliz e agradecida, se puder ter esta única experiência definitiva."

Os acontecimentos mais maravilhosos parecem vir até nós inesperadamente. Na manhã de sábado, 14 de setembro de 1935, o dia abriu para mim com a sua rotina habitual de trabalho e deveres domésticos. Não deu qual quer indício da aventura quase inacreditável que seria minha antes de o anoitecer chegar.

Estava um belo dia ensolarado, pelo que, após um almoço um tanto tardio e simples de salada e pão integral, saí sem pressa para o jardim a fim de ver se havia qual quer tarefa de jardinagem avulsa para fazer, de modo a garantir que o local pudesse apresentar uma aparência de ordem sabática no dia seguinte.

Levei comigo o relógio do meu marido, o qual coloco habitualmente sobre uma mesa no pavilhão de verão, onde posso entrar rapidamente e lembrar-me das horas; qual quer jardineiro prático sabe como o tempo voa quando a pessoa se torna absorta em desalojar uma colheita saudável de ervas daninhas do seu território ilícito, ou em remover algumas fiadas deprimentes de velhas ramas de ervilha e redes. (Trabalho absorvente, não é verdade, companheiros entusiastas?)

Bem, nesta tarde particular não deixei o relógio no pavilhão de verão, mas deambulei pelo jardim segurando-o na minha mão. No dia anterior tinha notado várias coisas que necessitavam de atenção imediata, por isso passei por lá para fazer uma revisão mental das mesmas antes de atacar as mais urgentes.

Uma enxada, uma força, um carrinho de mão e uma tarefa definida no jardim atraem-me habitualmente com uma irresistibilidade que os mortais de inclinação mais artística concedem a um belo quadro, ou a um instrumento musical perfeito, pelo que foi uma coisa

um tanto invulgar para mim descobrir que — quase inconscientemente — me tinha afastado daquela parte do jardim que necessitava de atenção, e tinha deambulado até ao pavilhão de verão. Entrei e, como de costume, coloquei o relógio sobre a mesa, mas, ao contrário do hábito, deitei-me num banco comprido e baixo que forma um assento ou divã. Ao fazê-lo, olhei para as horas. Faltavam dois minutos para as três horas.

Não estava cansada, mas estendi-me preguiçosamente de costas, apenas a relaxar e a descansar. Em escassos segundos percebi que estava a entrar numa espécie de condição "dormitante" sem estar realmente adormecida; pelo menos estava perfeitamente consciente do facto de ter acabado de colocar o relógio sobre a mesa, e de que conseguia ainda ver o grande arbusto de *Prunus* justamente fora da entrada do pavilhão de verão.

Subitamente, uma sensação extraordinária chegou até mim. Sabia que estava a viajar de uma maneira estranha e inexplicável, mas não estava ciente de fazer qual quer esforço ou movimento voluntário da minha parte. Até ao dia de hoje não me consigo decidir quanto a se *eu* passei através do espaço, ou se o espaço passou por mim.

Como disse o homem a cuja experiência "fora do corpo" Sir Auckland Geddes se referiu: "Não existem palavras que descrevam realmente o que a pessoa vê ou percebe durante uma tal experiência". Apenas se pode relatar isso em linguagem simples mas inadequada, com absoluto respeito pela sua verdade essencial, e sem exagero de qual quer espécie.

Cheguei, sem compreender como ou de que maneira tinha chegado, a um local cujo semelhante nunca tinha visto antes ou depois, quer em sonho quer na realidade. Nenhum teatro, nenhum quadro, nenhum esforço da imaginação tinha alguma vez moldado uma tal beleza como aquela de que estava agora ciente. Esta beleza não era apenas visível nos arredores e na paisagem; era sentida. Era como uma corrente viva através do meu próprio ser, carregando-me com um sentimento de absoluto bem-estar, bem-aventurança,

segurança; um sentimento geral e avassalador de uma dita indescritível.

Jazia — não no banco prosaico e um tanto duro do pavilhão de verão —, mas numa praia de areia macia e elástica. Parecia ser na margem de um rio que se abria ao longe para um largo lago ou mar. No centro desta extensão mais larga de água erguia-se uma pequena ilha. Nela havia um ou dois edifícios de pedra branca com um desenho arquitetónico impressionante e belo. Regressando ao que mentalmente designei por terra firme, vi que havia bosques de um verde indescritivelmente belo e repousante.

Sobre tudo isto pairava uma espécie de clarão iridescente curioso, cuja cor acho difícil descrever, mas um ouro suave dá a melhor ideia, penso eu. A própria atmosfera estava preenchida com este esplendor dourado suavemente brilhante, mas repousante. O azul da água, e do céu por trás e sobre a ilha, também desafia a descrição. Suponho que num dia perfeito este possa ser visto no Mediterrâneo, ou algo que se aproxime. Mas até a beleza da paisagem nada era comparada ao sentido interior de beleza que penetrava todo o ser da pessoa.

Sem surpresa, vi o meu marido ajoelhado ao meu lado, com o seu braço esquerdo a amparar o meu ombro. Olhei para o seu rosto e percebi que a minha prece tinha sido respondida — respondida de forma plena e completa.

Mesmo no seu auge, nos anos mais precoces da nossa vida terrena juntos, eu nunca o tinha visto com o aspeto com que o via agora. Ele era o mesmo, no entanto havia diferenças. Um bronzeado saudável mostrava-se no seu rosto e pescoço. O seu cabelo tinha perdido a coloração cinzenta e era mais uma vez espesso, ondulado e de uma cor castanha clara. Os seus olhos brilhavam com uma claridade saudável. Ele parecia estar vestido com roupas de flanela branca (uma forma de vestir favorita quando estava na terra) e, tanto quanto conseguia distinguir, a textura e o corte eram muito semelhantes aos que os homens usam durante os dias quentes de verão na terra.

Ele falou comigo e, enquanto o fazia, inclinou-se sobre mim, olhando para o meu rosto intensamente, como se desejasse gravar cada sílaba na minha memória para sempre. Nunca esquecerei as suas palavras; elas estão gravadas na minha mente e nada as poderá alguma vez apagar.

Ele disse:

— *Tu estás aqui apenas por um pouco de tempo. Tenta segurar e lembrar-te de tudo o que te estou a dizer. Não te dês ao trabalho de te lembrares dos detalhes da paisagem ou de qual quer outra coisa, por muito bela que seja, mas lembra-te de cada palavra que te estou a dizer, porque o tempo é curto.*

— *Diz a toda a gente — a toda a gente que queira escutar — que existe esta Outra Vida. É uma vida real num mundo real. É um mundo ativo e interessante. Nós somos felizes nele. Tudo está bem connosco neste plano.*

— *Deus está aqui.*

— *Nós estamos mais perto d'Ele. Todas as melhores e mais esperançosas ideias que a religião cristã na terra alguma vez ofereceu sobre uma vida futura são pobres comparadas com esta realidade maravilhosa.*

— *Diz a toda a gente. É verdade. Tudo o que a nossa religião tentou ensinar-nos é verdade. O amor e a memória persistem. Nós esperamos aqui por aqueles que amamos. Eu estou à tua espera, mas sou feliz enquanto estou à espera — feliz e ocupado. Tanto para te contar, mas o tempo é curto.*

— *Esta visita maravilhosa é uma resposta à tua prece. Não te vais esquecer, pois não, de que deves fazer tudo o que puderes para fazer as pessoas perceberem que existe este Outro Mundo e todas as oportunidades para o progresso?*

— *Oh! Se elas apenas soubessem a vida maravilhosa que pode ser sua, fariam tudo o que estivesse ao seu alcance para estarem prontas para ela, por isso diz-lhes. Não te esqueças. Diz a toda a*

gente, e lembra-te de que estou aqui, à tua espera, e que te amo agora e sempre.

Ele disse muito neste tom, e eu conseguia ver em cada traço, em cada linha do seu rosto, o seu desejo intenso de me impressionar com a grande, mas simples verdade: "Nós vivemos, nós lembramo-nos, nós amamos, nós somos felizes".

Quando ele fez uma pausa após proferir esta última frase, fiquei cheia de gratidão e espanto. Um sentimento celestial (nenhuma outra palavra bastaria para o descrever) de bem-estar e de certeza em relação ao presente, ao futuro, e a tudo o que a vida possa trazer agora ou no além, fluiu através do meu próprio ser.

O meu marido inclinou-se para a frente e vi que estava prestes a falar novamente, mas fiz uma coisa das mais desastrosas e infelizes. Pensei para mim própria: "Quando regressar ao meu corpo físico que jaz agora no pavilhão de verão, nunca mais me permitirei sentir deprimida ou solitária. Viverei desta experiência maravilhosa que Deus me deu misericordiosamente; não pedirei mais qual quer dádiva ou bênção para mim própria. Quão feliz serei sempre agora que sei quão intensamente belo é o lugar em que o meu marido vive."

Ai de mim! Assim que pensei no meu corpo físico no pavilhão de verão, senti-me a afastar do meu marido, da praia e de toda a paisagem circundante, e de novo senti aquela rápida passagem através de, ou o ser passada por, o espaço que tinha experienciado na minha viagem para junto deles.

Senti-me reentrar no meu corpo físico, que continuava deitado exatamente como o tinha deixado, com uma bruteza que me causou um choque severo na região do meu plexo solar. Foi exatamente como se tivesse levado um pontapé ou uma pancada nessa parte do corpo. A dor desapareceu quase tão rapidamente como tinha surgido, e percebi que estava imediatamente bem acordada com uma memória perfeita, intacta em cada detalhe, de tudo o que tinha visto e ouvido. O mais maravilhoso de tudo é que continuava a reter o glorioso sentimento de felicidade e bem-estar que tinha sentido do Lado de Lá.

Estendi a mão para o relógio e verifiquei que passava das três e meia, pelo que, tanto quanto conseguia calcular, deve ter estado nesse plano maravilhoso do Outro Mundo por aproximadamente meia hora.

O sentimento de elevação e dita permaneceu comigo por vários minutos, desaparecendo depois gradualmente, como se fosse de uma natureza demasiado delicada, de uma vibração demasiado fina, para jogar por mais tempo no instrumento físico grosseiro, ou na atmosfera densa da terra. Mas mesmo quando este se tinha ido, conseguia recordar algo da sua beleza. Sabia o que tinha significado para mim, e que um dia seria meu novamente — quando, como o Whittier disse:

Me encontrar por mãos familiares acenada Para o meu lugar adequado. Alguma porta humilde entre as Tuas muitas moradas, Alguma sombra protetora onde o pecado e a luta cessam, E flui para sempre através das verdes expansões do Céu, O rio da Tua paz. Ali, da música que ao meu redor se esgueira, Eu de boa mente aprenderia o canto novo e sagrado, E encontraria por fim, sob as Tuas árvores de cura, A vida pela qual anseio.

CAPÍTULO 27

O HOMEM EXTERIOR E INTERIOR

Assim que apreendemos o facto de que o corpo etérico, o "homem interior", existe, o medo da velhice e da morte é minimizado a um ponto tal que deixa de ter o poder de nos fazer recuar perante os processos naturais de decomposição que atacam o homem exterior. Assim que percebermos que o despojar deste homem exterior significa alegria, liberdade e uma vida mais ampla para o homem interior,

aprenderemos a encarar la morte física antes como um amigo do que como um inimigo.

"Ainda que o nosso homem exterior se corrompa, o interior, contudo, se renova de dia em dia" (2 Cor. iv. 16).

É a aparente finalidade da morte que tem levado tantas pessoas a encararem todos os sinais de aproximação da idade, tais como os cabelos cinzentos, as rugas, a energia decrescente, como lembretes de um facto feio e aterrorizador que desejam ignorar o mais que possivelmente conseguirem.

O George MacDonald escreveu: "A idade não é toda decomposição; é o amadurecer, o intumescer da vida fresca lá dentro que fenece e rebenta a casca."

Lembre-mo-nos disto, e detenhamo-nos no facto de que, até que a casca esteja fenecida, a vida fresca e real não se pode manifestar perfeita e completamente. Concedido, se nos tornarmos cientes do "homem interior" e aprendermos a ser conscientes nele, bem como a estar cientes dele, seremos capazes de provar antecipadamente algumas das alegrias da liberdade espiritual.

A realização deste corpo etérico é um fio vital que corre através da literatura ao longo dos tempos, incluindo a própria Bíblia. Filósofos, escritores, poetas, artistas de todos os tipos e nacionalidades se referiram a ele. No luto, este conhecimento retira o aguilhão que a Morte pode plantar nos nossos corações, porque a consideramos a nossa pior inimiga. Mesmo aqueles que levam vidas exemplares, fortalecidos — sob condições comuns de saúde razoavelmente boa e uma perspectiva de muitos anos de atividade útil diante de si — pelos ensinamentos da Região ortodoxa e pela satisfação moral decorrente de um bom trabalho bem feito, me confessaram frequentemente que têm horror à morte.

Se eles compreendessem ao menos os elementos da real verdade relativa ao "homem interior", seriam capazes de dizer com o Coleridge:

Não tem ele sempre tesouros, sempre amigos, O homem bom e justo? Estes tesouros — amor e luz, E pensamentos calmos, regulares como o sopro dos bebês; E três amigos firmes, mais seguros do que o dia e a noite — Ele próprio, o seu Criador, e o Anjo Morte.

Não existe razão, tanto quanto consigo ver, para que qual quer pessoa seja privada de procurar e obter provas pessoais do corpo etérico e das suas possibilidades, desde que se salvguarde exercendo o controlo mental como um hábito nas suas vidas diárias, e se mantenha alegre e sã em todos os sentidos das palavras. Espero ter deixado claro que é essencial que o pretense aventureiro nos reinos etéricos se capacite para a sua tarefa espiritual e mentalmente, exatamente como qual quer pessoa que se qualifique para algum trabalho físico altamente especializado se esforçaria por se capacitar fisicamente para ele a fim de o realizar bem.

Se devesse existir qual quer circunstância que parecesse tornar a investigação pessoal desaconselhável, então seguramente que muito conforto e ajuda podem ser obtidos indiretamente através da leitura atenta dos relatos reais das experiências daqueles que foram capazes de funcionar pessoalmente no corpo etérico. Mesmo que a pessoa não conseguisse alcançar o mesmo grau de convicção por esse meio, é uma coisa esplêndida obter esperança, a qual à minha mente abre frequentemente uma porta para a realização quando tudo o resto falhou. Li uma vez algumas palavras de J. C. MacKenzie, as quais são oportunas nesta ligação:

A esperança é antecipação, com possibilidade de realização. É um sentimento inerente na humanidade, e uma provisão divina para a sustentação do interesse na vida. A esperança é um acorde que desfere desejos agradáveis para o futuro; é o sol de cada um, o arco-íris na tempestade, o forro de prata para a nuvem presente, uma estrela colocada no firmamento das nossas vidas, para abrilhantar, alumiar e alegrar o caminho, e difere em magnitude e brilhantismo de acordo com a ocasião. A esperança é um antídoto para a miséria, um cordial para os desalentados e uma cadeia com muitas ligações.

Portanto, não desdenhemos nada que nos dê esperança porque surge de uma fonte exterior e à parte da nossa própria experiência pessoal. Sinto-me convencida de que a aceitação científica da existência do corpo etérico se encontra muito próxima. A evidência está a acumular-se continuamente a partir de fontes irrepreensíveis, e já não pode ser ignorada; e se, ao sabermos que é verdade, conseguirmos ligar corações partidos, dar coragem aos desamparados e aos sem esperança, seguramente que a obtenção de um tal conhecimento vale bem a pena.

Nada, nem mesmo a certeza de uma vida além do túmulo, compensará inteiramente a perda real do corpo físico daquele que amamos, e não poderíamos perder alguma qualidade espiritual se tivéssemos sucesso a obliterar a capacidade de sentir dor ou desgosto? Não existe grande virtude no mero estoicismo, mas existe algo de sagrado nas lágrimas, se estas forem a evidência de uma contrição sincera e de um amor profundo. A D. M. Craik diz:

De forma estranha falam algumas pessoas sobre superar um grande desgosto — saltar por cima dele, passar-lhe ao lado, empurrá-lo para o esquecimento. Não é assim. Ninguém faz nunca isso — pelo menos nenhuma natureza que consiga de todo ser tocada pelo sentimento de pesar. A única forma é passar através do oceano da aflição, solenemente, lentamente, com humildade e fé, como os israelitas passaram através do mar.

Se conseguirmos passar através de uma grande aflição "solenemente, lentamente, com humildade e fé", ganharemos de facto sabedoria interior e poder de valor inestimável muito além da imaginação daqueles que se esforçam por empurrar o lado doloroso da vida para o esquecimento.

É o afundamento egoísta de toda a individualidade da pessoa no seu desgosto que acaba por induzir uma condição de desesperança e morbidade que é paralisante nos seus efeitos sobre o crescimento da alma.

Mantenhamos a capacidade de sofrer, porque esta produz muitos frutos do espírito, sendo o principal de entre eles a paciência. As belas palavras do Dekker lembram-nos d'Aquele que foi um grande e vivo exemplo disto.

Paciência! Ora, esta é a alma da paz; De todas as virtudes, é a mais próxima parente do Céu; Faz os homens parecerem deuses. O melhor dos homens Que alguma vez vestiu a terra ao Seu redor foi um sofredor, Um espírito suave, manso, paciente, humilde, tranquilo; O primeiro verdadeiro Cavalheiro que alguma vez respirou.

Mas combinemos esta requintada qualidade de paciência com a esperança e o conhecimento derivados da certeza de que o "homem interior não pode perecer", os quais podemos obter através da leitura atenta das experiências dos outros, ou examinemo-nos e vejamos se conseguimos passar na avaliação para uma investigação pessoal sobre a existência do corpo etérico, o "homem interior", e assim viajar para esses planos maravilhosos de luz e de consciência mais elevada para os quais temos estado cegos e surdos há demasiado tempo.

Quando penso na experiência de elevação da alma de que vos falei no último capítulo, fico cheia de um anseio de vos fazer vê-la por vós próprios — e, como o meu marido me rogou: "Diz a toda a gente que queira escutar que existe esta Outra Vida. É uma vida real num mundo real."

Sim, eu posso dizer-vos. Eu disse-vos.

Mas acreditarão em mim? Alguns acreditarão e, se o seu número for pequeno, terá valido a pena ter despedido os meus próprios sentimentos e experiências íntimos ao olhar e à crítica dos outros se tiver dado a que seja apenas a uma alma esse "antídoto para a miséria, cordial para os desalentados, a cadeia com muitas ligações — a Esperança."